



itine**RA**

FESTA DEL CAMMINO CONSAPEVOLE

**RAVENNA**

**26 settembre - 11 ottobre 2020**



ideazione e organizzazione



Trail Romagna

in compartecipazione con



Comune di Ravenna

Assessorati alla Cultura, Ambiente, Sport, Turismo e Immigrazione



con il sostegno di



## il cammino come tecnica

Durante ItineRA saranno organizzate dimostrazioni gratuite di fitwalking e nordic walking per avvicinare il pubblico al mondo del cammino. Scopri il calendario sulla nostra pagina facebook.



@fitwalking.nordicwalking  
Trail Romagna

**Camminare** è il modo più semplice per trovare il benessere e per migliorare la qualità della vita per una serie di motivi che esulano dalla semplice attività fisica. Al di là delle motivazioni che spingono gli appassionati ad intraprendere percorsi più o meno ardui, gioiose uscite di gruppo o lunghi cammini spirituali, Trail Romagna, intende aprire le giornate della festa del cammino partendo dalle basi, in modo da offrire gli strumenti tecnici affinché il gesto sia sempre più giusto e di conseguenza benefico.

Il **Nordic Walking** è uno sport per tutti che offre agli appassionati di fitness un modo nuovo, poco costoso e divertente per gustare uno stile di vita sano e attivo. Consiste in una camminata con l'utilizzo funzionale di bastoncini che vengono usati per spingere, e non come appoggio. Il principio fondamentale di questa disciplina è quello di coinvolgere il maggior

numero possibile di muscoli favorendo la tonicità di ampia parte del corpo e, di conseguenza, aumentare il dispendio energetico a parità di velocità e distanza percorsa.

Il **Fitwalking** è "l'arte del camminare", una pratica che ne evidenzia tutte le potenzialità andando ben oltre il semplice passeggiare. "Camminare per la forma fisica" è il denominatore comune per tutte le attività di cammino che escono dalla normale locomozione quotidiana e diventano attività motorio-sportiva, per il tempo libero, per il divertimento e per il benessere, ma che mantengono la comune radice del camminare bene. Fitwalking è anche una filosofia che accompagna la vita quotidiana, per renderla più equilibrata e ritmata. È un modo di vivere "al passo giusto", al ritmo corretto, in equilibrio assoluto tra noi e ciò che ci circonda.

## ITINERA info e contatti

Punto informazioni  
**IAT RAVENNA TURISMO**  
**PIAZZA S. FRANCESCO, 7**

prenotazioni  
**www.trailromagna.eu**  
informazioni  
**338 5097841**

**Modalità di partecipazione**  
Eventi ed incontri sono aperti a tutti previa prenotazione **OBBLIGATORIA** sul sito:  
**www.trailromagna.eu**

Gli eventi sono a numero chiuso con modalità di partecipazione nel rispetto dei protocolli anticontagio Covid-19

In caso di maltempo il luogo sostitutivo sarà comunicato sul sito e tramite mail

# Verde cammino: anno internazionale della salute delle piante

un luogo d'incontro per tutti gli appassionati, con meeting, training, passeggiate e spettacoli...tutto in sicurezza!

Perfino questo 2020 di paure e incertezze non ha fermato **ItineRA, la Festa del Cammino Consapevole**, che festeggia questo autunno i quattro anni di attività. Grazie alla passione di Trail Romagna e al sostegno degli assessorati Cultura, Ambiente, Sport, Turismo e Immigrazione del Comune di Ravenna, anche quest'anno ItineRA si appresta a promuovere il cammino culturale, rivolgendosi come da tradizione ad un pubblico variegato con un programma ricco di eventi diversi, ma tutti accomunati dall'amore per la scoperta del nostro patrimonio naturale e culturale. "Verde cammino" è il titolo della rassegna 2020, a concentrare l'attenzione su quanto già in parte emerso dalle precedenti edizioni, e cioè la relazione strettissima che da sempre intercorre tra natura, cammino e creatività, fra l'energia che solo il

verde sa trasmettere e il susseguirsi dei passi. Naturalmente, non mancherà il tradizionale ventaglio di proposte a declinare il cammino nelle più svariate forme, secondo le specifiche esigenze e gli aspetti che Trail Romagna si premura ogni anno di sottolineare: il cammino come basilare terapia psicofisica, come occasione conviviale di dialogo e confronto, come procedimento spirituale necessario a riconnetterci alle nostre antiche e profonde radici. Saranno tredici giorni ricchissimi, a celebrare come sempre la centralità del tessuto umano, ambientale, storico e culturale di Ravenna, con itinerari vecchi e nuovi, ma sempre e comunque tesi a rimettere in discussione il rapporto dei cittadini con la loro città, fuori dai luoghi comuni e dagli automatismi, preferibilmente all'aria aperta.

**Si comincia sabato 26 settembre, nel vero cuore verde di Ravenna**, ovvero la pineta – non per nulla sul gonfalone della città campeggia un pino marittimo – con l'appuntamento *La pineta di Ravenna. Paesaggio, cultura, identità*. Partendo dalla Cà Vecia nella Pineta San Vitale, il fotografo Paolo Bernabini e i Carabinieri per la Biodiversità guideranno il pubblico attraverso questo vero e proprio "monumento" naturale, sulle tracce delle fotografie realizzate a fine Ottocento da Luigi Ricci. La giornata prosegue in notturna, con la performance teatrale all'aperto *Nastagio. Racconto notturno*. Il pubblico verrà condotto fino a una radura nel bel mezzo della Pineta di Classe, in due turni diversi, uno alle 21 e l'altro alle 22. La stessa pineta che ha fatto da sfondo a una della più belle novelle del *Decameron*

di Boccaccio, quella di Nastagio degli Onesti, sarà il teatro naturale di questo inedito lavoro scritto da Iacopo Gardelli e interpretato da Lorenzo Carpinelli e Flaminia Pasquini Ferretti, con effetti sonori curati da Giacomo Bertoni. Il settembre di Itinera si chiude domenica 27 con due appuntamenti in centro città. Alle 9.30 il poeta Tiziano Fratus guiderà il pubblico in 7 piante monumentali patrimonio di Ravenna, un tour fra le aree verdi pubbliche e private della città alla ricerca di questi veri e propri "patriarchi", testimonianze viventi del cambiamento storico e ambientale della città; anche perché, come sostiene Fratus, ogni albero è un monumento. Il pomeriggio ci si sposta all'Orto Botanico del Giardino Rasponi, per un incontro di approfondimento intitolato *Natura in città. Dal Codice*

*Forestale Camaldolese alle Scienze Forestali, la gestione del verde*. In associazione con il progetto di Rete Almagià, intitolato "Appunti per un Terzo paesaggio", vari ospiti racconteranno come la progettazione delle aree verdi cittadine sia cambiata nella storia. Ad intervenire in questa "tavola verde", oltre al già citato Fratus, Valeria Bucchignani, della Soprintendenza Archeologia, Belle Arti e Paesaggio, Dom Claudio Ubaldo Cortoni, monaco camaldolese; Giovanni Nobili, comandante del Reparto Carabinieri per la Biodiversità di Punta Marina; Gianandrea Baroncini, assessore all'ambiente; Massimiliano Costa, progettista per la tutela ambientale del Comune, Paolo Gueltrini, paesagista e architetto e Laura Prometti, portavoce del Consorzio di Bonifica della Romagna.

Vi è mai capitato di camminare in campagna e non riuscire a nominare una pianta particolarmente bella e profumata? L'incontro del 1° ottobre, all'Orto Botanico del Giardino Rasponi, potrà esservi d'aiuto. Alle 18, le autrici Emina Cevro Vukovic e Nora Bertolotti presenteranno il loro libro *Consigli per viandanti giardinieri. Storie di paesaggi, semi e talee*, pubblicato da Ediciclo: un manuale che unisce il piacere del cammino all'aperto e il sapere del botanico, e che elargisce utili consigli a chiunque voglia arricchire il proprio balcone o giardino dei tesori vegetali che arricchiscono il nostro paese, dalle Alpi alla macchia mediterranea.

Venerdì 2 ottobre l'appuntamento è dedicato al rapporto fra cammino e cibo: cosa si mangiava un tempo durante i pellegrinaggi? E come è cambiata la dieta del camminatore? Uno dei massimi esperti italiani di storia e cultura dell'alimentazione, Massimo Montanari, dialogherà attorno a questo tema affascinante assieme a Franco Chiarini, di

RavennaFood -ChefToChef e Carlo Casadio, medico nutrizionista, durante l'evento *Nutrirsi in cammino*. Il cibo dei viandanti dal fiaschetto del pellegrino alle barrette energetiche, ospitato alle 18 presso i Chiostri della Biblioteca Classense.

Per il fine settimana Itinera si sposta nuovamente fuori città, facendo tappa sabato 3 ottobre in uno dei luoghi più belli e suggestivi del Parco del Delta del Po. Dopo una camminata ecologica guidata di 8 chilometri a partire dal Palazzone di Sant'Alberto, le guide di Atlantide condurranno il pubblico fino al gioiello verde di Boscoforte, una penisola ricca di vegetazione rara e fauna allo stato brado che si inoltra nelle Valli di Comacchio.

Come ogni anno, Trail Romagna torna a rendere omaggio al percorso che ha creato in collaborazione col CAI, il Cammino di San Romualdo: il 4 ottobre si torna sulla tappa Pereo-Faenza con un percorso di 20 chilometri sulle orme del santo eremita, partendo alle 8 dal meraviglioso Palazzo San Giacomo a Russi

(la "Versailles sul Lamone"), fino alla chiesa di Santa Maria ad Nives dove morì S. Pier Damiani nel 1072. Sabato 10 ottobre, in un luogo d'eccezione, il teatro naturale della Pineta di San Giovanni, voluto dal presidente della Micoperi, Silvio Bartolotti, andrà in scena uno spettacolo di Michele Dotti, intitolato *Siam mica qui a farci salvare dai panda*. La pièce ripercorre con ironia le tappe formative della vita dell'autore, facendo capire come i principi fondamentali della Natura (ciclicità, diversità, interdipendenza) siano attivi e operanti anche nelle società umane. Infine giorno seguente, l'11 ottobre, si rimarrà in zona Darsena per un urban walk alla scoperta della Ravenna tanto amata da Michelangelo Antonioni, quella divisa fra mare, archeologia urbana, industria e periferie. Partenza alle 9.30 dalla Darsena Pop Up, per poi attraversare i luoghi simbolo della città affacciati sul Candiano: l'Autorità Portuale, l'ex Ippodromo, l'ex Tiro a Segno, fino ad arrivare agli argini della Lama.



# Natura in cammino

# 2020 >>



Ravenna verde  
**sabato 26 settembre**  
 Pineta San Vitale,  
 Cà Vecia, ore 15:00

# “La pineta di Ravenna”. Paesaggio, cultura, identità

Trekking fotografico sulle tracce di Luigi Ricci (km 6 ca)  
 con **Paolo Bernabini** *fotografo* **Paolo Benini** *guida ambientale*  
**Giovanni Nobili** *Ten. Col. Carabinieri Biodiversità*



Le foreste rappresentano, il più importante serbatoio di biodiversità, garantiscono la protezione del suolo, la qualità dell'aria e delle acque, forniscono importanti beni e servizi. Mitigano, inoltre, gli effetti dei cambiamenti climatici, poiché funzionano come serbatoi di assorbimento del carbonio, e forniscono una protezione naturale contro gli effetti del dissesto idrogeologico. Tutelarle diventa quindi fondamentale. Il percorso, ricamato all'interno della Pineta San Vitale – una delle aree verdi di maggior pregio di tutto il territorio romagnolo – si ispira ad una recente pubblicazione che affianca immagini tardo ottocentesche di pinete realizzate da Luigi Ricci (lastre fotografiche di straordinaria importanza storica perché documentano la più antica raccolta di negativi avente come soggetto il territorio di Ravenna emerse dal “Fondo Santa Teresa” dell'Archivio Fotografico della Soprintendenza) a scatti contemporanei frutto della campagna fotografica operata da Paolo Bernabini nel 2017 negli stessi luoghi. Il trekking si snoderà all'interno di un vero e proprio “monumento dal forte carattere identitario per la città – come sottolinea il soprintendente Giorgio Cozzolino nella prefazione al libro– e oggetto della prima avanguardista legge di tutela del paesaggio in Italia” andando a cercare e riconoscere quelle permanenze o viceversa quei mutamenti che 150 anni di storia hanno prodotto in loco.

partner

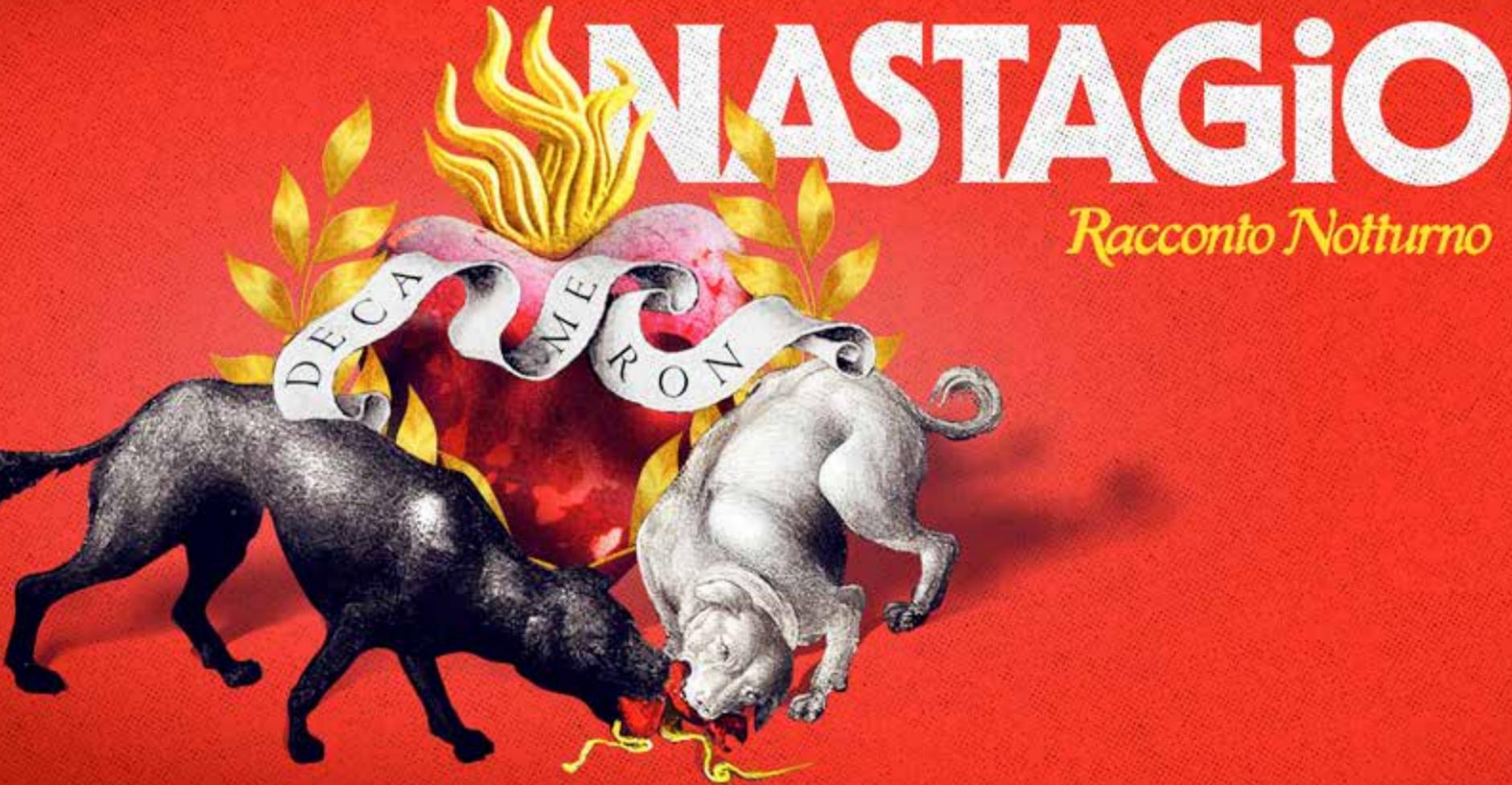


in collaborazione con  
 Soprintendenza Archeologia,  
 Belle Arti e Paesaggio,  
 Reparto Carabinieri per la  
 Biodiversità di Punta Marina,  
 Danilo Montanari Editore

Partecipazione libera  
 Prenotazione: form sul sito  
[www.trailromagna.eu](http://www.trailromagna.eu)

Numero chiuso. Modalità  
 di partecipazione nel rispetto dei  
 protocolli anticontagio Covid-19





evento nell'ambito



VIVA DANTE  
RAVENNA 1321-2021

*Intorno a Dante*  
**sabato 26 settembre**  
Radura nell'Antica  
Pineta di Classe  
ore 21:00 e ore 22  
ritrovo Parco 1° Maggio  
– Fosso Ghiaia – un'ora  
prima dello spettacolo



Quota di partecipazione € 10  
Prenotazione: form sul sito  
[www.trailromagna.eu](http://www.trailromagna.eu)

partner



Numero chiuso. Modalità  
di partecipazione nel rispetto dei  
protocolli anticovid-19

## Nastagio, racconto notturno

di **Iacopo Gardelli**

con **Lorenzo Carpinelli, Flaminia Pasquini Ferretti**

*effetti sonori* **Giacomo Bertoni**

Nascosta nel cuore di quell'inarrivabile inno alla gioia che è il *Decameron*, scritto da Boccaccio quasi come antidoto spirituale al morbo che stava piagando l'Europa, la novella di *Nastagio* si offre misteriosa agli occhi del lettore, come la variazione improvvisa di una sinfonia.

Nel folto della pineta di Classe, un amante offeso assiste alla terribile fine di una donna, sbranata a morte dai mastini di un cavaliere errante. L'orrore si ripete ogni giorno sempre uguale, sempre alla stessa ora, con l'inesorabile meccanicità di un *carillon* infernale.

Con la novella di *Nastagio degli Onesti*, Boccaccio dona al

mondo un racconto gotico *ante litteram*, che non avrebbe stonato nelle raccolte di Edgar Allan Poe; selve oscure, spettri, cacce infernali, allucinazioni collettive: questi i tratti di un racconto dell'orrore che il brusco *happy ending* boccaccesco non riesce a stemperare in una risata.

*Nastagio. Racconto notturno* vuole essere un omaggio a questo capolavoro della letteratura italiana. Attraverso un monologo minimo vogliamo riscoprire il piacere del racconto intimo, da pochi a pochi, quel brivido infantile (eppure così catartico) che si prova ascoltando una storia al buio, in religioso silenzio, col fiato sospeso. Questo adat-

tamento di circa 30 minuti, riscritto da Iacopo Gardelli e interpretato da Lorenzo Carpinelli, e Flaminia Pasquini Ferretti prenderà vita nel folto della Pineta di Classe, per un pubblico ristretto, e sarà arricchito dagli effetti sonori di Giacomo Bertoni.

L'evento inizierà con una passeggiata notturna necessaria per raggiungere il luogo della rappresentazione. Un percorso di preparazione che contribuisce a creare il giusto pathos.





Ravenna verde  
**domenica 27 settembre**  
Tomba di Dante  
ore 9:30



Quota di partecipazione € 10  
Prenotazione: form sul sito  
[www.trailromagna.eu](http://www.trailromagna.eu)

Numero chiuso. Modalità  
di partecipazione nel rispetto dei  
protocolli anticontagio Covid-19

Pranzo con i protagonisti,  
al ristorante Cucina del  
Condominio €25  
(menù e modalità sul sito)

partner



## 7 piante monumentali patrimonio di Ravenna

Giornata Mondiale del Turismo (esperienziale)  
Tour tra le aeree verdi pubbliche e private della Città con **Tiziano Fratus**

La Repubblica Italiana ha riconosciuto il 21 novembre quale Giornata nazionale degli alberi al fine di perseguire, attraverso la valorizzazione dell'ambiente e del patrimonio arboreo e boschivo, l'attuazione del protocollo di Kyoto e le politiche di emissioni, la prevenzione del dissesto idrogeologico e la protezione del suolo, il miglioramento della qualità dell'aria, la valorizzazione delle tradizioni legate all'albero nella cultura italiana e la vivibilità degli insediamenti urbani.

Il nostro viaggio alla scoperta degli alberi monumentali del territorio di Ravenna e della loro architettura verde ci trasmette la consapevolezza di come questi patriarchi siano la testimonianza del cambiamento.

L'itinerario toccherà i grandi e vetusti alberi del territorio selezionati per le grandi dimensioni, il portamento e la forma particolare, la rarità botanica, il valore storico e culturale e il valore paesaggistico e architettonico. Un percorso che racconterà la nostra storia ma anche delle simbologie dell'albero da sempre rappresentazione di un'unione armonica tra cielo e terra con le radici ben infisse nel suolo, che sostengono e alimentano l'organismo; il fusto che collega le radici con la chioma e slancia verso l'alto e la chioma, la parte più espansa, luogo dove avviene il processo fotosintetico, il luogo dei fiori, dei frutti, della riproduzione.

Alberi e paesaggio non possono che essere guardati assieme e insieme

debbono essere tutelati. È attraverso una corretta gestione dell'intorno dell'albero monumentale che riusciremo a rallentare i processi di senescenza per potere godere ancora della loro ombra, della loro memoria e catturare un po' della loro straordinaria energia.

Tiziano Fratus medita quotidianamente nei boschi. È autore di libri per i maggiori editori italiani, gli ultimi dei quali sono *Giona delle sequoie* (Bompiani), *Manuale del perfetto cercatore d'alberi* (Feltrinelli) e *Sogni di un disegnatore di fiori di ciliegio* (Aboca).





Ravenna verde  
**domenica 27 settembre**  
 Giardino Rasponi  
 Orto Botanico  
 Piazzetta Paolo Serra,  
 ore 15:30

## Natura in città

La gestione del verde dal Codice Forestale Camaldolese alle Scienze Forestali

con **Tiziano Fratus** Gli alberi monumentali in Italia (da "I Giganti silenziosi" ed Bompiani)  
**Valeria Bucchignani** Soprintendenza Archeologia, Belle Arti e Paesaggio  
**Dom Claudio Ubaldo Cortoni** monaco Camaldolese  
**Giovanni Nobili** Comandante Reparto Carabinieri per la Biodiversità Punta Marina  
**Gianandrea Baroncini** Assessore Ambiente Comune di Ravenna  
**Massimiliano Costa** Progetti Tutela Ambientale del Comune di Ravenna  
**Paolo Gueltrini** paesaggista, Vice Presidente Associazione Italiana Architettura del Paesaggio  
**Laura Prometti** irrigazione e reticolo di bonifica per una città verde



partner



in collaborazione con



Partecipazione libera  
 Prenotazione: form sul sito  
[www.trailromagna.eu](http://www.trailromagna.eu)

Numero chiuso. Modalità  
 di partecipazione nel rispetto dei  
 protocolli anticovid-19

Dei 17 Obiettivi di sviluppo sostenibile dell'Onu per il 2030 al New Green Deal è tempo di cambiare paradigma, tornando al Governo del paesaggio là dove governo non significa costruzione di spazio normativo, ma cura, andare 'con' non contro, accogliendone le criticità e trasformandole in opportunità. La sfida sulla sostenibilità parte dalle nostre città, dalla manutenzione del verde dello spazio comune dove possono giocare i nostri bambini e dove ci possiamo sentire 'comunità', dalla sfida dei cambiamenti climatici e da quella dei cambiamenti antropologici e sociali, dall'innovazione dei progetti di riforestazione urbana, dal lato buono di una técnica non predatoria che può accompagnare una nuova relazione con i luoghi che abitiamo, più equa, sostenibile ed equilibrata. E, in questo, l'Italia può essere un grande laboratorio di innovazione, partendo dal recupero della memoria e arrivando alla progettazione del paesaggio, o meglio alla progettazione dell'uomo e del paesaggio, seguendo una nuova vocazione umanistica. Per questo incontro, cuore programmatico di ItineRA, Trail Romagna si associa a "Appunti per un Terzo paesaggio", il progetto di Almagià-rete di associazioni ispirato al pensiero del paesaggista francese Gilles Clément, una rassegna che vuole essere anche un viaggio rizomatico e sovversivo dentro i nostri Terzi paesaggi, naturali e culturali, e raccoglie alcune delle esperienze multidisciplinari più innovative e sistemiche tra arti visive, performative, storytelling, musica, memoria, azione artistica.



partner



Ediciclo Editore

Ravenna verde  
**giovedì 1 ottobre**  
Giardino Rasponi  
Orto Botanico  
Piazzetta Paolo Serra,  
ore 18:00



Partecipazione libera  
Prenotazione: form sul sito  
[www.trailromagna.eu](http://www.trailromagna.eu)

Numero chiuso. Modalità  
di partecipazione nel rispetto dei  
protocolli anticontagio Covid-19

## Consigli per viandanti giardinieri

storie di paesaggi, semi e talee  
incontro con le autrici  
**Emina Cevro Vukovic, Nora Bertolotti**

Continua il percorso che unisce i sentieri di ItineRA con quelli di Ediciclo, una casa editrice nata nel 1987 per raccontare fatiche e scoperte fatte sulle due ruote che con il tempo ha allargato enormemente il suo catalogo raccontando tutto il mondo del viaggiare sostenibile.

Qui all'Orto botanico, le autrici presenteranno cinque percorsi, in altrettanti diversi paesaggi italiani, per raccontare le piante incontrate e scoprire in che modo sia possibile propagarle e farle crescere nel proprio spazio verde grazie a semi e talee raccolti camminando. Si esplora una doppia felicità: quella del camminare, osservando

con gli occhi del botanico i sentieri dell'Appennino, i boschi alpini, gli spazi residuali delle città, la macchia mediterranea, e la felicità di creare un balcone/giardino/orto resiliente, selvatico, profumato, etico. Passo dopo passo, seme dopo seme, camminando con tutti i sensi aperti, nasce uno spazio interiore che si trasforma nel progetto di un personalissimo angolo verde dove coltivare l'amicizia con le piante.

Emina Cevro Vukovic.  
Camminatrice seriale, insegnante yoga, aspirante giardiniera, eco-attivista, è giornalista e autrice di saggistica e narrativa. Tra i suoi ul-

timi libri *Nell'harem* (Sonzogno), *A fior di pelle* (Ponte alle grazie), con Karin Shele *Una casa per te* (Sperling & Kupfer) e *Doppiamente buono* (Morellini/Yoga journal).

Nora Bertolotti.  
Dopo una formazione artistica e un lavoro nel campo dell'arte contemporanea ha deciso di seguire il richiamo delle piante, cororando un amore lungamente coltivato. Fa la giardiniera, si occupa di educazione ambientale e di progettazione del verde in ambito urbano, terapeutico e sociale. Ha scritto con Emina Cevro Vukovic *Consigli per amanti giardinieri* (Ediciclo, 2020).



collaborazione con



Ravenna Città di cammini  
**venerdì 2 ottobre**  
Chiostro Biblioteca  
Classense  
ore 18:00

Partecipazione libera  
Prenotazione: form sul sito  
[www.trailromagna.eu](http://www.trailromagna.eu)

Numero chiuso. Modalità  
di partecipazione nel rispetto dei  
protocolli anticontagio Covid-19

Cena con i protagonisti, al  
ristorante Alexander € 30  
(menù e modalità sul sito)

## “Nutrirsi in cammino”

il cibo dei viandanti  
dal fiaschetto del pellegrino alle barrette energetiche  
con **Massimo Montanari** docente di Storia medievale Università di Bologna  
**Franco Chiarini** RavennaFood/CheftoChefemiliaromagnacuochi  
**Carlo Casadio** medico nutrizionista

Il viaggio è una delle caratteristiche della modernità. Si viaggia veloci senza fatica, per lavoro, per stare in compagnia, per cercare e conoscere prodotti e cucine, per visitare musei o luoghi ricchi di storia.

Ma si viaggia anche per immergersi nella natura, per tenersi 'in forma'. Secoli fa (ma anche cent'anni fa) il viaggiare era faticoso, come il lavoro, il lavoro di allora.

Il mangiare doveva essere conservabile. Dal pane cotto due volte per disidratarlo (il bis/cotto) ai formaggi che imprigionavano il latte, dai salumi alla frutta secca....

Salare, essiccare, affumicare, dolcificare, sapori concentrati da conservare per mare e per terra, nel viaggio

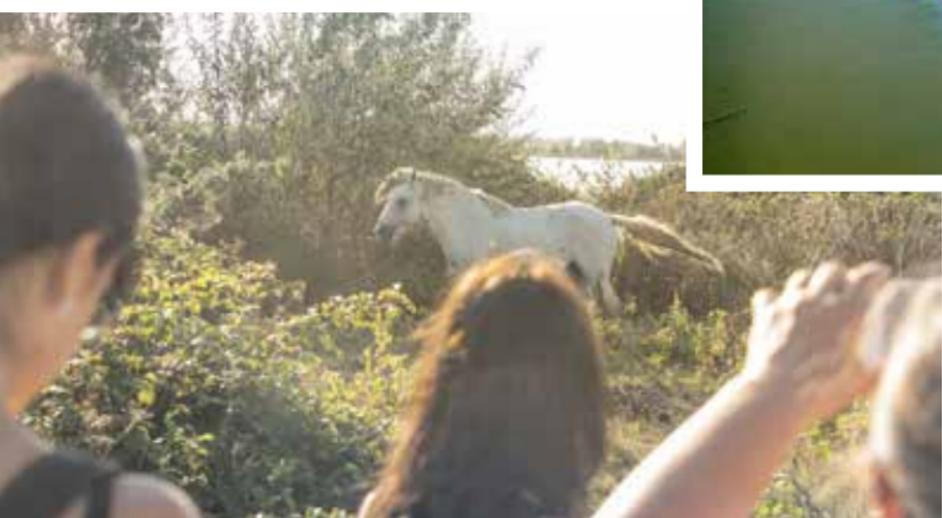
e per i lunghi inverni. La borsa del viandante era accompagnata dalla 'fiasca del pellegrino' impagliata per mantenerla fresca e con il collo ristretto in mille modi per centellinarne il sorso...

Anche oggi si viaggia e la borraccia è tornata di moda non solo per andare in montagna. Agli alimenti conservati tradizionali si affiancano snacks, barrette, frutta secca di tutto il mondo, prodotti ecologici, energetici e salutistici.

Anche i grandi chef li usano valorizzando spesso la croccantezza, quella dimensione antica della cucina mediterranea e ad un tempo modernissima dopo l'affermarsi della 'cucina d'autore' che fa del gioco

delle consistenze uno dei suoi principi fondativi. Contrasti quindi intelligenti e piacevoli. Niente a che vedere con cibi di emergenza per placare la fame, ma salutistici approcci diversificati durante tutta la giornata per scoprire nuovi sapori e nuovi aromi per un vianDante moderno.





Ravenna verde  
**sabato 3 ottobre**  
 Palazzone  
 di Sant'Alberto,  
 ore 14:30



partner



Studi servizi  
 ambientali  
 e turistici  
 Soc. Coop. Sociale p.a.

Quota di partecipazione € 10  
 Prenotazione: form sul sito  
[www.trailromagna.eu](http://www.trailromagna.eu)

Numero chiuso. Modalità  
 di partecipazione nel rispetto dei  
 protocolli anticontagio Covid-19

# Boscoforte, il gioiello verde di Ravenna

Passeggiata ecologica guidata di 8 km

La Penisola di Boscoforte rappresenta uno dei più suggestivi e incontaminati ambienti dell'intero territorio del Parco del Delta del Po. Essa coincide con il cordone litoraneo dell'età etrusca e si spinge per circa 6 km dall'argine sinistro del Reno all'interno delle Valli di Comacchio. Qui si respira la fascinosa atmosfera di un territorio di confine conteso tra Ravenna, Ferrara e Venezia e per lungo tempo battuto da contrabbandieri, fuggiaschi e mercenari.

L'area è oggi caratterizzata da una notevole varietà di ambienti legati alla contemporanea presenza d'acqua dolce e d'acqua salmastra: canneti, salicorneti, barene, dossi

sabbiosi e canali. È presente *Salicornia* veneta, specie di interesse comunitario prioritaria. Sono segnalate specie rare e/o minacciate quali *Spirobassia irsuta*, piantaggine di Cornut, limonio del Caspio, giuncastrello marino, *Salicornia crociata*, tutte specie alofile dotate di accorgimenti per la sopravvivenza in ambienti temporaneamente o perennemente invasi da soluzioni ricche in cloruri e quindi limitanti per la vita, in quanto chimicamente bloccate per quanto riguarda la disponibilità idrica. All'interno vivono allo stato brado numerosi esemplari di Cavallo Delta Camargue. Per la sua posizione privilegiata e le sue caratteristiche strutturali,

Boscoforte richiama un'avifauna particolarmente ricca ed è un luogo privilegiato per la sosta e la nidificazione di numerose specie.





Ravenna Città di cammini  
**domenica 4 ottobre**  
 Russi,  
 Palazzo San Giacomo  
 ore 8:00

**partner**

Associazione Ravenna-Camaldoli

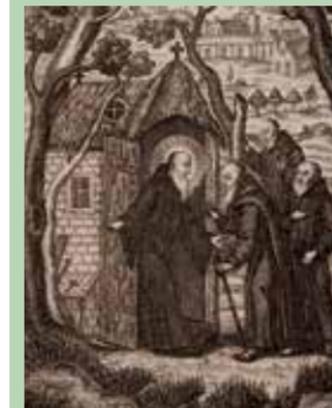
in collaborazione con  
 Comuni di Russi, Faenza e  
 Bagnacavallo;  
 CAI Ravenna

Quota di partecipazione € 20  
 (assicurazione, assistenza,  
 accompagnamento, ristoro finale, visita  
 alla Chiesa della Commenda, rientro in  
 pullman a Russi)

Prenotazione: form sul sito  
[www.trailromagna.eu](http://www.trailromagna.eu)

# Via Sancti Romualdi

Sulle orme di San Romualdo  
**Russi (Palazzo San Giacomo) - Faenza**  
 km 20 > Percorso pianeggiante, principalmente sterrato, in autosufficienza



Il cammino dedicato a San Romualdo nato nel 2012, da Trail Romagna e CAI di Ravenna, ogni anno si arricchisce di presenze e varia nelle sue forme. Il tratto Russi-Faenza alimenta questo progetto che già da anni, passo dopo passo, tocca le testimonianze camaldolesi: sarà un percorso fondamentale all'interno del cammino che originariamente portava i pellegrini da Ravenna all'Eremo di Camaldoli.

La giornata sulle orme del Santo ravennate inizierà a Palazzo San Giacomo a Russi, l'antica dimora estiva dei conti Rasponi, per proseguire il cammino che completerà il "ramo" che dal Perego di

Sant'Alberto risale il Lamone e si ricollega a Faenza con il tracciato che parte dalla basilica di Sant'Apollinare in Classe. Il percorso lambisce Bagnacavallo con il monastero di San Giovanni Battista per 300 anni camaldolese e le terre bonificate dai monaci ove sorge la Pieve di San Pietro in Sylvis per poi raggiungere la chiesa di Saldino oltre Granarolo, immersa nel silenzio della campagna faentina per terminare a Santa Maria ad Nives dove morì San Pier Damiani nel 1072. Visiteremo la Chiesa della Commenda centro camaldolese e Damiano e chiederemo con una agape fraterna presso il Rione Verde.





in partnership con  
Assessorato all'immigrazione  
del Comune di Ravenna,  
nell'ambito del progetto  
Shaping fair cities



partner



con la collaborazione di  
FIAB Ravenna

arte e cammino  
**sabato 10 ottobre**  
Teatro Naturale della  
Pineta di San Giovanni  
c/o Micoperi  
via Trieste, 279  
ore 16:00

in bici con FIAB Ravenna da  
Piazza Kennedy ore 15  
Quota di partecipazione € 5  
Prenotazione: form sul sito  
www.trailromagna.eu

Numero chiuso. Modalità  
di partecipazione nel rispetto dei  
protocolli anticontagio Covid-19

# Siam mica qui a farci salvare dai panda

di e con **Michele Dotti**

L'ecologia come opportunità di benessere per tutti

Non lontano dal centro città, a pochi passi dalle torri Hammon di un'area industriale dismessa e a ridosso dell'area portuale, Silvio Bartolotti, presidente di Micoperi ha costruito un teatro 'naturale' nel cuore di quello che resta della Pineta di San Giovanni. Un luogo tra residenza urbana, industria e natura dove non si può che affrontare il tema, sempre più urgente, della sostenibilità.

Qui, con Michele Dotti, educAttore, la sostenibilità ambientale diventa spettacolo, una pièce teatrale formativa che – ripercorrendo in modo ironico alcune tappe della vita dell'autore – si avvicina in pun-

ta di piedi ai “**principi vitali fondamentali**” che sono alla base della vita in **Natura**: ciclicità, diversità, cooperazione e interdipendenza. Questi principi vengono continuamente visti in parallelo alla storia e alla **natura umana**, andando così a parlare di **neuroni specchio**, come base biologica dell'**empatia** e quindi della condivisione e della cooperazione, di **diversità di genere e interculturale**, di **cura** come fondamento di ogni progresso, di **relazione** come cuore della vita e della **responsabilità** che ne deriva, di **impegno** e dei frutti che questo può portare, mostrando anche i tanti **miglioramenti** invisibili a livel-

lo sia nazionale che internazionale. Una riflessione ironica e coinvolgente sul **cambiamento**, sulle **emozioni** e sull'**educazione**.





Ravenna Città d'Acque  
**domenica 11 ottobre**  
 Darsena Pop Up,  
 partenze scaglionate  
 dalle ore 9 alle 10



partner



Naviga in Darsena

Quota di partecipazione € 5-10\*  
 Prenotazione: form sul sito  
[www.trailromagna.eu](http://www.trailromagna.eu)  
 \*pasta party

Numero chiuso. Modalità  
 di partecipazione nel rispetto dei  
 protocolli anticontagio Covid-19

Darsena Pop Up

## Darsena Urban Walk

Per camminatori un percorso tra acqua, archeologia urbana e periferie  
 Due percorsi di 3 o 10 km

Una domenica mattina all'insegna dello sport in città, a pochi passi dal centro, respirando l'aria del mare... dove vivere questa esperienza? In Darsena! L'area – che già da anni è interessata dalla riqualificazione urbana – ospita alcune tra gli edifici di archeologia industriale più importanti della nostra città. Nata con funzioni portuali, la Darsena di Città è il fil rouge che, attraverso il Candiano, lega Ravenna al mare, all'Oriente e alle nostre profonde radici con l'antica capitale bizantina. Oggi è un'area ricca di storia e d'arte, abbellita com'è da edifici decorati con murales: un segno del tempo passato che proietta il futuro

di un'area con enormi potenzialità di sviluppo. È proprio da questa "porta sul mare" che partiranno due percorsi, dedicati a runners o camminatori, tra Darsena e le vie d'acqua delle città come la Lama e i Fiumi Uniti. Darsena Urban Trail & Trek cercherà di aprire luoghi poco noti – come ad esempio l'ex Tiro a Segno – per dare al pubblico la possibilità di incontrarsi e condividere la passione in un contesto diverso e dalle grandi potenzialità. Sulla scia dell'Urban Trail Ravenna Città d'acque la mission è quella di mostrare una città ancora legata all'acqua e la possibilità, sempre più vicina, che la Darsena

sia il ritorno al mare della nostra città, un nuovo 'centro' sempre più dedicato al wellness e alla socialità. Darsena, area Autorità Portuale, ex Ippodromo, ex Tiro a Segno, argine della Lama saranno tra i luoghi attraversati.



## dopo ItineRA

Evento di chiusura delle attività 2020

**domenica 22 novembre**  
 Centro Sportivo Aquae  
 partenze scaglionate  
 ore 8:00/10:00

partner



in collaborazione con  
 Reparto Carabinieri per la  
 Biodiversità di Punta Marina,  
 CAB Terra

Numero chiuso. Modalità di partecipazione nel rispetto dei protocolli anticontagio Covid-19



run, bike o run&bike

## La corsa della bonifica

**Ra-Mi. Ma. off road post covid**

Due percorsi in natura tra le grandi opere di bonifica 20, 32 km

Il percorso ad anello toccherà luoghi della bonifica a Sud di Ravenna, un territorio strappato alle acque che fino al secolo scorso ospitava numerose risaie.

Lungo il tracciato saranno visibili le testimonianze del passato e le opere di bonifica immerse in un contesto ambientale protetto che oggi rappresenta un'ec-

cellenza del nostro territorio. Dalla Chiusa Rasponi, a poche centinaia di metri dalla partenza, alla Turazza, dalla Quaiadora, al cuore della Pineta di Classe dove toccheremo anche la monumentale Idrovora di Fosso Ghiaia, Aquara, antiche cave abbandonate oggi recuperate dal punto di vista naturalistico e la splendida pineta Ra-

mazzoti adagiata tra dune e mare. La corsa della bonifica è un evento aperto a tutti, con la possibilità di partecipare con escursione in bici, di corsa o nella innovativa formula run & bike dove a coppie ci si scambia liberamente la bicicletta.





Trail Romagna



Comune di Ravenna



in collaborazione con



Polo Muscale  
Emilia Romagna  
RAVENNA



ALANA MATER, STUCCO DI  
SANT'ANNA DI BERGAMO  
SOSTENIMENTO DI ANNE CASARETO



ASSOCIAZIONE FILARMICA  
PIÙ A LAVORO IN  
UN'ARMONIA



Museo d'Arte  
della città di Ravenna



Istituzione  
Biblioteca  
Classense



CAS  
R.A.21



PARCO REGIONALE  
DELTA DEL PO



CULTURA  
CAMALDOLI



RAVENNA  
FESTIVAL



RETE CONTRO LA DISCRIMINAZIONE  
Regione Emilia Romagna



Associazione  
Romagna-Camaldoli



NATURA  
Riviera Romagnola di Scienze Naturali  
Società Scientifica



RAVENNA



chef  
to  
chef  
emilioromagnolo



progetto  
Ravennafood



Studi servizi  
ambientali e  
turistici  
Soc. Coop. Sociale p.a.



ALMAGIA  
RETE DI ASSOCIAZIONI CULTURALI



edicicloeditore



Fiab  
Ravenna

con il sostegno di



ELIOS  
DIGITAL PRINT



LA BCC  
CREDITO COOPERATIVO



MICOPERI  
MARINE CONTRACTORS



Reclam  
EDIZIONE E COMUNICAZIONE S.R.L.



Casa delle  
Meridiane



chez papa



Freedom  
CONSORZIO ASSOCIAZIONI CULTURALI



ALEXANDER  
RISTORANTE



ALEXANDER  
RISTORANTE



eventi  
CATERING



L'ACCIUGA



CUCINA DEL  
CONDOMINIO



SBRINO  
Gestione Xabante



UBU  
NTU



ROSETTI  
La Frutta nel Cuore



Logo of another organization