...e in autunno

tappa supplementare Parks Romagna Trail

DOMENICA 18 OTTOBRE 2015
Comacchio, Bettolino di Foce, ore 9.30

Trail non competitivo Uisp di 17 km (D+0)

L'ambiente comacchiese, senza dislivelli naturali, è un buon banco di prova per chi vuole muovere i primi passi trail o per un trail runner che vuole fare un'uscita in relax. Tra valli e saline, dimenticando ogni obiettivo cronometrico, per correre utilizzando tutti i sensi, guardandosi attorno, ascoltando i profumi sospesi tra terra e acqua.
Partendo da un'antico casone da pesca, attraverso una lingua di terra protesa sull'acqua, si entrerà nel cuore della valle per raggiungere prima le saline dove amano sofferasi i fenicotteri rosa, poi le dune in riva al mare. Dopo aver traghettato a Porto Garibaldi si torna verso Comacchio attraversandone il centro storico tra ponti e canali. Da qui ancora sull'argine di valle per tornare al Bettolino di Foce dove ci attenderà un buffet a base di prodotti del territorio.
Gli accompagnatori potranno seguire i propri cari su un barcone, un punto di vista privilegiato immerso nella natura (gita in barca da prenotare).

quota di partecipazione
€ 7,00 pre-iscrizioni | € 10,00 il giorno della manifesatzione
prenotazioni a info@trailromagna.eu

COMUNE DI COMACCHIO
PROVINCIA DI FERRARA
Regione Emilia-Romagna
PARCO DELTA DEL PO EMILIA-ROMAGNA
trail romagna natura in movimento
COMACCHIO TREPPONTI, UN MONDO DI EMOZIONI
NWR NORDIC WALKING RAVENNA

Nordic Walking People, only for you > Nordic Walking People, only for you > Nordic Walking People, only for you

Comacchio Wellness Walk

tutti gli eventi sono prenotabili su
info@trailromagna.eu | info 338 5097841
quota adesione alle sedute di allenamento con istruttori
€ 5,00 a seduta; € 10,00 x le 3 giornate; gratuito per chi pernotta e tesserati Trail R e NWR
ingressi museo € 1,50 (anziché 4,50), guide comprese nei prezzi

8, 9, 10 MAGGIO 2015

Comacchio Wellness Walk

Una vacanza in un contesto unico ed affascinante
alla ricerca del benessere
tra Arte, Ambiente, Attività e Alimentazione

Dalle Architetture urbane uniche ed incomparabili di Comacchio alla grande Arte del Novecento, dalle dune adagiate tra mare e pinete ai suggestivi scenari vallivi, dai vini di bosco alle famose marinature, tutto in movimento... ascoltando i suoni della natura

info e prenotazioni ospitalità

www.visitcomacchio.it
info@visitcomacchio.it
345 6995709
ref Mattia Castagnoli

VENERDì 8 MAGGIO

Bettolino di Foce ore 16.00

Comacchio Urban Nordic: Very Bello!

10 km dalla valle al cuore di Comacchio con i suoi ponti e i suoi canali. Un primo approccio slow al week end di attività tra arte, natura e gastronomia.

ore 16.30 per accompagnatori

In barca nelle valli di Comacchio

Accompagnati da guide ambientali si potrà godere da un punto di vista privilegiato all'interno delle valli, una delle più importanti aree salmastre dell'Italia. Un ecosistema unico e ricchissimo dove il fenicottero rosa è solo la punta dell'iceberg di una ricchissima avifauna. Non solo ambiente, anche la storia e la cultura dei vallanti, i comacchiesi che vivevano con grandi sacrifici una durissima esistenza così in sospeso tra acqua e terra. L'organizzazione della pesca tra casoni e tabarre, tra storia, leggenda e filmografia.

€ 9,00 adulti; bambini da 7 a 16 anni € 8,00; gratuito fino a 6 anni (25 posti)

ore 18.00
aperitivo di benvenuto

fritto di pesce tradizionale delle valli accompagnato dai nostri vini delle sabbie, pane e focaccia (per chi non gradisce il pesce sarà servito del salame tipico della nostra zona)
€ 8,00 cad

SABATO 9 MAGGIO

ore 9.30

Visita a Comacchio

Museo Il Carico della Nave Romana, Museo della manifattura dei marinati, Città

ore 15 - Lido di Spina
Casa Museo Remo Brindisi - giardino

Nordic Walking Workout (gruppo A)

Una seduta di allenamento per livelli avanzati, tra spiagge e pinete con alcuni istruttori qualificati.
Un modo per confrontare tecniche modalità differenti di allenamento e conoscere persone nuove. (1h30')

ore 15

Visita casa Museo (gruppo B)

Un'opera d'arte voluta da Nanda Vigo e Remo Brindisi che a sua volta contiene una quantità innumerevole di opere d'arte del '900 in un mix suggestivo di architettura, design e arti visive.

ore 16

Nordic Walking – Wellness Walk

Camminata libera o Nordic Walking dolce adatta a chi desiderano tornare a svolgere attività fisica o per riprendere la mobilità dopo periodi di inattività, anche per problemi fisici o per chi semplicemente vuole imparare.
(45')

ore 17

visita casa Museo (gruppo A)

18.00
giardino Casa Museo Remo Brindisi

Aperi-Nordic

Un momento di socializzazione nel giardino della Casa Museo, a due passi dal mare...
€ 3,00

18.30
sulle dune
Concerto Trekking

I Suoni della Natura

Sale, vento e sabbia: un dialogo musicale col paesaggio costiero
Fabio Mina flauto traverso fiati etnici ed elettronica dal vivo
Marco Zanotti percussioni

ingresso libero per partecipanti Comacchio Wellness Walk

L'aspetto originario della nostra costa era fatto di dune di sabbia che arrivavano fino a riva, plasmate dal vento e dalle maree.
Da musicista ho trovato in questo paesaggio, oggi così raro, tantissimi spunti e stimoli che mi hanno spinto a circoscrivere qui, tra mare e pineta, la mia ricerca.
Fortunatamente alla foce del fiume Bevano e a Lido di Spina sopravvivono le ultime dune naturali che formano delle vere oasi, uniche per specie animali e vegetali.
Ma la duna è anche un simbolo, la presenza del vento che ne determina la forma è fondamentale e rimanda agli strumenti che suono, flauto traverso e fiati etnici (non a caso in inglese lo strumento a fiato viene chiamato wind, come in spagnolo vientos).
È in questi luoghi che ho voluto concentrare la mia ricerca sonora: da una parte raccogliendo e registrando suoni caratteristici, per costruire tessiture ritmico-melodiche, su e con le quali suonare; suoni come quelli del vento sulla sabbia, nella sabbia, tra la vegetazione ripresi con microfoni stereo o a contatto capaci di svelati i suoni più nascosti compresi quelli subacquei in riva al mare.
La musica che ho pensato come il continuo rimodellamento delle dune segue un andamento fluttuante, rimodellante guidato da un andamento naturale come gli elementi che muovono la sabbia.
Non è una semplice descrizione musicale, è per me un pretesto per imparare dalla natura l'arte del mutamento, lento ma continuo, in un cammino che a volte si ferma, ma solo per contemplare e poi riprende, senza fretta.

DOMENICA 10 MAGGIO
Bettolino di Foce
ore 9.30

Comacchio Valley Tour

Nordic Walking Workout (gruppo A)
Un giro ad anello di 17 km con partenza e arrivo al caratteristico bettolino. Dalla Valle al centro di Comacchio fino a Porto Garibaldi (traghetto) per tornare in valle passando dalle saline. Un itinerario che integra natura e storia, per osservare l'ambiente dominato dall'acqua e sovrastato da una multiforme avifauna.

ore 10
Comacchio Valley Minitour

Wellness walk (gruppo B)

Un percorso libero o guidato di 5-7 km all'interno della valle

ore 12.30
Bettolino di Foce

Pranzo

"I sapori della tradizione della Valle di Comacchio"

Un degno finale per un week end rigenerante. Tutti assieme a tavola per confrontarci, raccontarci e condividere le emozioni appena vissute. Assieme attorno ad un grande tavolo per salutare un luogo unico assaporandone i sapori che sintetizzano, nel poco spazio di un piatto, secoli di tradizioni e cultura.

Menù a base di piatti tipici della tradizione comacchiese
(antipasto, primo, secondo, dessert, acqua e vino)
€ 27,00