



CALENDARIO DELLE ATTIVITA' E DEGLI APPUNTAMENTI **MAGGIO 2024**

CAMMINATE!!! – Per Piacere

CAMMINATE E ATTIVITÀ CON ORARI E/O ITINERARI FISSI

DESCRIZIONE INIZIATIVA / PARTENZA / RITROVO / ITINERARIO

CAMMINATE FISSE Indicate per chi vuole iniziare a camminare	Info Daniela 3207742815	chat dedicata
martedì mercoledì Ore 8:30 c/o polisp. STELLA camminata dolce nei parchi	partecipazione libera	
mercoledì ore 21:00 Pol. Stella 21,15 - Arco d'Augusto Camminata lenta fino alla darsena	indicata per iniziare	partecipazione libera
GINNASTICA POSTURALE lunedì e giovedì Ore 9:30 -10:30 e 18:00 -19:00	Polisportiva Stella via Abruzzo 32	
FULL BODY WORKOUT Fusion di tecniche di ginnastica posturale/ funzionale ed esercizi di allungamento.	Info Consuelo 3287224020	chat dedicata la partecipazione prevede un costo
NORDIC WALKING mercoledì - sabato Ore 15:00 Bagno 14	-info Vinicio 3207433000	chat dedicata
Passi del Nordic Walking e non solo, esercizi total body, camminate esperienziali e tanto altro		
Corsi per apprendere la tecnica del Nordic Walking e attività sportive collegate		la partecipazione prevede un costo
PALLAVOLO chat dedicata	CICLISMO martedì - giovedì - sabato - domenica	chat dedicata
lunedì ore 21:00 Allenamenti Palestra scuola Padulli Info Vinicio 3207433000	Uscite in bicicletta da corsa, in MTB, oppure E-Bike su itinerari e orari scelti in base alla stagione	partecipazione libera solo se soci e/o assicurati

CAMMINATE E ATTIVITÀ CON ORARI E/O ITINERARI CHE CAMBIANO

Giorno ora	Partenza / Ritrovo	Itinerario / Descrizione iniziativa
1 mercoledì 9:00	Santuario della Grazie Info DONATO 3281646108	Dal santuario delle Grazie alla chiesa di Vergiano e ritorno km 10 circa, con brevi sali-scendi
3 venerdì 21:00	Pol Stella 21:15 Arco D'Augusto	Giro ad anello per il centro e piste ciclabili - indicata per iniziare a camminare
5 domenica	Segue programma dettagliato	In occasione delle celebrazioni per Santo Amato Ronconi camminata Morciano Saludecio sosta pranzo facoltativa incontro informativo per prepararsi al Cammino di Santiago e agli altri cammini
7 martedì 21:00	Parcheggio Regina Pacis	Ciclabile dietro SGR, lungomare e ritorno indicata per iniziare a camminare
10 maggio	Segue programma dettagliato	Inaugurazione del PUNTO ZERO DEL CAMMINI DI SANTIAGO Presso la chiesa di San Giuliano con eventuale cena frugale
10 venerdì 21:00	Santuario de Le Grazie	Su e giù per Covignano 7 km con salite non indicata per iniziare (pila e giubbino)
11 sabato 12 domenica	VEDI VOLANTINO Info Vinicio 3207433000	PISA LUCCA e la Via degli Acquedotti Visite guidate delle città e per chi se la sente, uno spettacolare cammino che le uniscono le due città passando sotto gli archi e accanto ai serbatoi e manufatti di due acquedotti di epoche diverse
14 martedì 21:00	Parcheggio Coop Celle	Barafonda, darsena, parco Briolini, S. Giuliano - indicata per iniziare a camminare
17 venerdì 18:30	Saludecio, Largo Santiago de Compostela	EL CAMINO chiosco Saludecio incontro informativo per conoscere e prepararsi ai cammini e in particolare presentazione del al Cammino di Santiago 2024 con La Pedivella
17 venerdì 21:00	Piazzale Tosi	Giro ad anello "ai Padulli" 6-10 km non indicata per iniziare (pila e giubbino)
19 domenica	ore 8:00 Ritrovo Pol. Stella Info e adesioni a DONATO 3281646108	Trekking alle Sorgente dell'Urgone, poi passo dei Meloni e sorgenti del Rubicone
21 martedì 21:00	Palacongressi – rotonda dei pini	Un giro per la città... "dove ci pare" indicata per iniziare a camminare
24 venerdì 21:00	Parcheggio via Giaccaglia	Giro di S. Lorenzo in Correg. 7 km con salite e sterrato pila, giubbino e scarpe adatte
26 domenica 6:00	Parrocchia Villaggio 1° Maggio Info e adesioni a DONATO 3281646108	Tradizionale camminata per il mese di maggio da Rimini al Santuario della MADONNA DI BONORA a Montefiore con possibilità di sosta pranzo da prenotare
28 martedì 21:00	Parch. CONAD Sacramora	In giro per orti e lungomare indicata per iniziare a camminare
31 venerdì 21:00	Bar Zeta – INA CASA	Camminata lungo la Ciclo-pedonale del Marecchia

Le attività dei gruppi vengono coordinate tramite le chat dedicate e gestite dai referenti, maggiori info sulle attività al 3207433000 Vinicio
Per partecipare alle attività è necessaria la copertura assicurativa e l'iscrizione alla associazione da regolare dopo qualche incontro di prova.
Info e iscrizione presso segreteria della Polisportiva Stella in via Abruzzo 36 Rimini cell. 3339385330 – e-mail segreteria@polstella.com

La Pedivella-Rimini www.lapedivella.com 3207433000 tour@lapedivella.com
Polisportiva Stella www.polstella.com 3339385330 segreteria@polstella.com