



**CALENDARIO DELLE ATTIVITA' E  
DEGLI APPUNTAMENTI **MARZO 2025****  
**CAMMINATE!!! – Per Piacere**



**CAMMINATE E ATTIVITÀ CON ORARI E ITINERARI FISSI**

**DESCRIZIONE INIZIATIVA / PARTENZA / RITROVO / ITINERARIO**

**CAMMINATE FISSE MATTUTINE** martedì ore 9:00 c/o polisportiva STELLA giovedì ore 9:00 Bagno 100 **chat dedicata**  
Camminata dolce tra parchi e lungomare Indicate per chi vuole iniziare a camminare **Info Daniela 3207742815** partecipazione libera

**CAMMINATA DEL MERCOLEDÌ "A PASSO LENTO"** Indicate per chi vuole iniziare a camminare **partecipazione libera**  
**NOVITÀ** ore 20:30 Polisportiva Stella percorso fino alla Darsena o al Porto-canale

**CAMMINATA DEL GIOVEDÌ "A PASSO SVELTO"** non indicata per chi inizia a camminare **info Vinicio 3207433000**  
**LUNGO IL PARCO DEL MARE** o **SULLA BATTIGIA a passo di Nordic Walking** ore 15:00 **BAGNO 14** con accordi diretti

**CAMMINATE E ATTIVITÀ CON ITINERARI CHE CAMBIANO**

Giorno ora Partenza / ritrovo	Itinerario / Descrizione iniziativa
4 martedì 21:00 Parcheggio Pol. Stella	Giro ad anello per il centro e piste ciclabili indicata per chi inizia a camminare
7 venerdì 21:00 Santuario Delle Grazie	Su e giù per Covignano 7 km con salite non indicata per chi inizia <b>pila - giubbino</b>
11 martedì 21:00 Parcheggio Coop Celle	Barafonda, darsena, parco Briolini, S. Giuliano indicata per chi inizia a camminare
14 venerdì 21:00 Parcheggio in fondo a (novità) Via Aldo Moro	Giro ad anello "ai Padulli" 10 km non indicata per chi inizia a camminare con possibilità di accorciare a 7 km <b>Portare: pila - giubbino catarifrangente</b>
18 martedì 21:00 Parcheggio Regina Pacis	Ciclabile dietro SGR, lungomare e ritorno indicata per chi inizia a camminare
21 venerdì 21:00 Parcheggio via Giaccaglia	S. Lorenzo in C. 7 km con salite e sterrato non indicata <b>pila - giubbino e scarpe adatte</b>
25 martedì 21:00 Parcheggio via dei Gracchi	Giro ad Anello tra via Coriano e via Montescudo indicata <b>pila - giubbino catarifrangente</b>
28 venerdì 21:00 Parcheggio CONAD Viserba	Viserba M S. Martino in Riparotta via Sacramora indicata per chi inizia <b>pila - giubbino</b>

**ATTIVITÀ DI CAMMINO DEI FINE SETTIMANA O DI PIÙ GIORNI**

2 domenica	8,00 Parcheggio Stella 8,30 Ponte di Tiberio	Camminata di 8 km in occasione della podistica con partenza dal Ponte di Tiberio <b>Rif. Paola 3338181976</b>
9 domenica	8,00 Parcheggio Stella 8,30 Stadio Cesenatico	Camminata di 5 o 10 Km in occasione della podistica con partenza dallo stadio Cesenatico <b>Rif. Paola 3338181976</b>
9 domenica Verdi volantino scaricarlo da qui	Ritrovo ore 15,45 presso il Museo della Città in via Tonini <b>Al termine un dolce momento aggregativo, gustando il tè delle cinque e...</b>	<b>Visita guidata riservata a La Pedivella alla DOMUS DEL CHIRURGO</b> allo scavo e alla parte dedicata del Museo Quota €12,00 per ingressi visita guidata, audioguide, merenda
<b>Adesioni immediate SOLO al 3473711015 con mess. WhatsApp Minino 25 e massimo 50 partecipanti</b>		
16 domenica	Seguiranno comunicazioni	<b>Beach Nordic Longa da Cattolica a Rimini</b> Km 20 circa sulla battigia o sul marciapiede con eventuale sosta-pranzo al Pesce Azzurro di Miramare, possibile percorso ridotto Riccione Rimini
23 domenica	Seguiranno comunicazioni	Camminata di 5,5 o 13 km in occasione della podistica Con partenza da Cerasolo <b>Rif. Paola 3338181976</b>
30 domenica	Seguiranno comunicazioni	<b>Cammino e pratiche in natura a cura di Agata</b>

Eventuali altre attività non in calendario verranno comunicate sui consueti canali informativi

**ATTIVITÀ SPORTIVE STAGIONALI / ANNUALI**

**GINNASTICA POSTURALE** Attività svolta in collaborazione con la Polisportiva STELLA

**FULL BODY WORKOUT** Fusion di tecniche di ginnastica posturale/ funzionale ed esercizi di allungamento.

**NOVITÀ** lunedì mercoledì venerdì - mattino 9:30-10:30 pomeriggio 18:00 - 19:00 **NOVITÀ**

**Info Consuelo 3287224020** la partecipazione prevede un costo



**NORDIC WALKING** giovedì 18,30 Bagno 14 - info per accordi sugli orari Vinicio 3207433000 **chat dedicata**  
Passi del Nordic Walking e non solo, esercizi total body, camminate esperienziali e tanto altro la partecipazione prevede un costo  
**Corsi per apprendere la tecnica del Nordic Walking e attività sportive collegate** in orari da concordare con gli interessati

**PALLAVOLO** **chat dedicata** **CICLISMO** martedì - giovedì - sabato - domenica **chat dedicata**  
Allenamenti c/o palestra Scuola Padulli Uscite in bicicletta da corsa, in MTB, oppure E-Bike su itinerari e orari scelti in base alla stagione  
Ore 21:00 Info Vinicio 3207433000 Info Sebastiano 3313601260 **partecipazione libera solo se soci e/o assicurati**

**Seguono a pagina 2 le comunicazioni ai soci le Informazioni per partecipare, per l'iscrizione e le convenzioni**

## CHI SIAMO

La Pedivella 1995 è una associazione sportiva dilettantistica (ASD) fondata sul volontariato che cura attività sportive, ludico motorie, culturali, aggregative favore dei soci e a chi in qualche modo ne condivide lo spirito.

Cura la conoscenza e la promozione del territorio, propone pratiche rivolte al movimento e ai sani stili di vita.

Le attività e le iniziative della associazione vengono pubblicate sul sito [www.lapedivella.com](http://www.lapedivella.com), sulle pagine e gruppi FACEBOOK: @lapedivella, Forma salute e benessere, NORDICATORI LIBERI, Riminesi a Santiago, ed altri ..

Tramite questi canali informativi viene proposto il calendario mensile delle iniziative organizzate dalla associazione.

Le attività delle varie discipline sportive vengono coordinate tramite chat dedicate gestite dai referenti, nel caso si voglia frequentare il gruppo o partecipare alle iniziative, bisogna contattare i referenti ai numeri indicati.

### INDICAZIONI PER LA PARTECIPAZIONE ALLE ATTIVITÀ

La partecipazione alle attività è generalmente gratuita se non diversamente indicato, per prendere parte ad esse è sempre necessaria la copertura assicurativa garantita dall'iscrizione alla associazione da regolare dopo qualche incontro di prova.

Per maggiori info sulle attività e la partecipazione contattare il 3207433000 Vinicio

Per associarsi occorre compilare il [Mod. 2T CSI](#), da consegnare ai referenti delle attività oppure presso la tabaccheria Montanari di via Pascoli 182 - Rimini - da Paola e Giorgio.

### CONVENZIONI

L'associazione stipula alcune convenzioni a favore dei soci, nell'ottica della **pratica sportiva in sicurezza**, sono operative quelle con **La NUOVA RICERCA CLINICA** e **Poliambulatorio VALTURIO, TIBERIUS Studio Fisioterapico** queste strutture praticano condizioni particolare per la quale il costo della tessera associativa viene praticamente azzerato.

Maggiori informazioni sulle convenzioni al 3207433000 Vinicio



Domenica 9 marzo 2025  
Visita guidata riservata a La Pedivella alla  
**DOMUS DEL CHIRURGO**  
con i suoi incredibili ritrovamenti.



Avremo modo di vedere da vicino ciò che resta della abitazione distrutta da un incendio, che ha "custodito" il **corredo chirurgico** appartenuto, e forse inventato, dal suo proprietario: **Eutyches**, un colto medico militare del II secolo giunto a Rimini dall'oriente al seguito delle truppe, che qui ha esercitato nella sua **TABERNA MEDICINA**. In quegli spazi (magistralmente ricostruiti in una parte del museo) sono stati rinvenuti ben **150 strumenti chirurgici**, la collezione medica più importante al mondo per numero e tipo di oggetti: pinze, bisturi, scalpelli, sonde altri attrezzi, nonché bilance e misurini in bronzo, vasetti in terracotta e vetro, mortai ed altri contenitori di uso farmaceutico e terapeutico.



**Il sito archeologico di Piazza Ferrari** offre una testimonianza delle vicende edilizie della città romana di ARIMINUM, a partire dal I secolo a.C. fino all'età moderna. Scoperto quasi per caso 1989, studiato e magistralmente valorizzato, dal 2007 mostra le tante stratificazioni abitative della zona, si estende per 700 mq.

Ritrovo ore 15,45 al Museo della Città in via Tonini, inizio visita guidata allo scavo della Domus e di seguito alla parte del Museo ad essa dedicata, dove ci sarà modo di gustare l'imperdibile tè delle cinque, accompagnato da appropriati dolcetti. Quota adesione per ingresso alla Domus, visita guidata, audioguide e merenda €12,00 (con almeno 50 pax) più 2€ per assicurazione giornaliera non soci.

Info al 3473711015, adesioni con messaggio WhatsApp fino ad esaurimento posti

La Pedivella 1995  
Da sempre diamo il giusto peso al benessere, alla cultura e alla convivialità

