

ore 17.30
A scuola di MTB con la Bisalta Bike.
 Ogni LUNEDÌ e MERCOLEDÌ
 La Bisalta Bike apre la stagione della scuola di mountain bike per bambini dai 5 ai 12 anni, nel Parco. Lezioni di prova gratuite. Per info: Federico tel. 338 3603537, Paolo tel. 337 1005917, e-mail: bisaltabike.cuneo@gmail.com CUNEO, pista artificiale sci di fondo

Settimane Verdi.
 23-28.06
 7-12 e 21-26.07
 18-23.08
 Cascina Costantino organizza le settimane verdi, in cui bambini e ragazzi dai 6 anni potranno avvicinarsi al mondo equestre e vivere giorni a contatto con la natura. Ogni giorno attività di avvicinamento alla vita del cavallo, lezioni di equitazione, laboratori ricreativi, giochi, esperimenti, orienteering, cucina e passeggiate in bicicletta. Possibilità di soluzione diurna o con pernottamento. Per info e iscrizioni: tel. 366 3580370, e-mail: info@cascinacostantino.it www.cascinacostantino.it CUNEO, Cascina Costantino

Polo canoistico Le Basse del Troll.
 Giugno, luglio agosto e settembre
 Canoa, arrampicata, beach volley e bocce, buona cucina, musica dal vivo e noleggio biciclette. Giugno e luglio campus estivi "Idea Estate" per ragazzi e bambini dai 5 ai 14 anni. Seguiti da istruttori e animatori qualificati, il campus propone giochi di esplorazione, orienteering, laboratori creativi e tanto sport (canoa, kayak, arrampicata, mtb, beach volley) e tanto altro. Inoltre "Spazio Kids" per bambini dai 3 ai 5 anni a luglio e agosto. Ad agosto e settembre "Yes We Can! English at the Park". Possibilità di scegliere tra la formula a giornata intera o mezza giornata. Per info e iscrizione: tel. 392 1476800 - 338 4826063 e-mail: cuneocanoa@libero.it www.cuneocanoa.it - CUNEO, Basse di Stura

ore 9.30 - 20.00
Piscina estiva di Cuneo
 Giugno, luglio agosto e settembre
 Fino al 7 settembre rimane aperta la piscina estiva di Cuneo. Oltre alle attività in acqua, biblioteca, animazione nei weekend ed estate ragazzi. Per info: tel. 0171 66469, infocuneo@centrosportivoero.it, www.centrosportivoero.it - Cuneo, Impianti Sportivi via Porta Mondovì

ore 8.15 - 13.00
Corso di inglese al Lido.
 Dal LUN al VEN dal 30.06 al 1.08
 Con il centro Helen Doron di Cuneo corso di inglese per bambini da 4 a 12 anni, abbinato ad attività ludiche, ricreative e possibilità di bagno in piscina. Per info e iscrizioni: tel. 0171 500359 - 338 34267, e-mail: cuneo@helandoron.com

ore 14
Shakti Naam Yoga per ragazzi.
 Ogni MERCOLEDÌ
 In collaborazione con il Centro Agape di Cuneo una proposta per ragazzi, per avvicinarsi allo Yoga Naam. Conosciuto come la pratica più avanzata dello yoga, definito lo yoga dell'immortalità, è una forma autentica di yoga in quanto comprende e combina caratteristiche e fondamenti della disciplina tradizionale. Per info: tel. Paola 3381928170 - www.youth4youth.it Cuneo, Le Basse del Troll

ore 20.30
Yoga della Risata.
 Ogni VENERDÌ
 Proposta per adolescenti e giovani, un'ora di risate insieme. La risata, reale o stimolata, produce nel corpo effetti benefici sia fisici (ossigenazione) che psichici (miglioramento dell'umore, leggerezza). Attraverso tecniche specifiche per stimolare la risata si ottengono effetti sorprendenti. Da giugno in avanti (date da definirsi. Luogo e orario possono subire variazioni). Per info: tel. Monica 392 1476800 - www.youth4youth.it Cuneo, Le Basse del Troll

Tennis Park Cuneo.
 Giugno, luglio agosto e settembre
 Apertura giornaliera: 8 - 23 (lun-ven), sabato dalle 8 - 19, domenica 8 - 13. Per tutta l'estate "Estate-Park", per i giovani nati dal 2000 al 2009, con tanto sport e divertimento, e corsi di tennis per adulti in orario serale. Per info: tel. 0171 602132 e-mail: info@tennisparkcuneo.it www.tennisparkcuneo.it - Cuneo, Impianti Sportivi via Parco della Gioventù 2

Nuvolari Libera Tribù.
 Giugno, luglio e agosto
 22ª stagione dal 5.06 al 13.09. Info: tel. 0171 699190 nlt@nuvolariweb.com www.nuvolariweb.com - Cuneo, via Parco della Gioventù

ore 18.30
Un'estate insieme con lo Shiatsu per provare e per fare!
 Ogni GIOVEDÌ
 Corso di shiatsu con Gisella Bongiovanni di GIS Shiatsu. Partecipazione gratuita, prenotazione obbligatoria. Info: tel. 338 4838433, e-mail: giishiatsu@alice.it - Cuneo, Le Basse del Troll

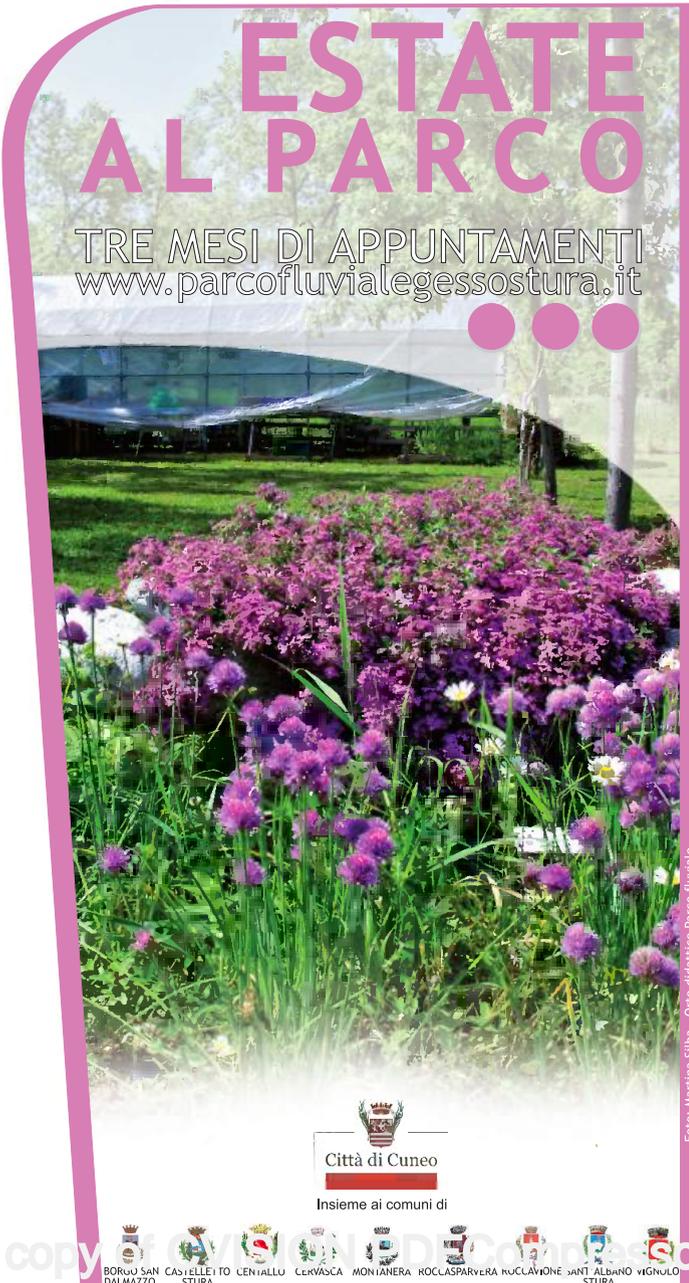
Fotografia al Parco.
 Ogni MARTEDÌ dal 3.06 al 30.09
 Corsi a vari livelli: base; pratica avanzata; linguaggio fotografico. Mostra fotografica conclusiva. Con la fotografa Ramona Vada. A pagamento. Per info: tel. 338 2152006, e-mail: corsifotografia@alice.it - CUNEO, via Porta Mondovì, 11/A - Casa del Fiume



In collaborazione con:



Parco fluviale Gesso e Stura



ESTATE AL PARCO

TRE MESI DI APPUNTAMENTI
 www.parcofluvialegessostura.it

Per informazioni ed esigenze specifiche:
 Parco fluviale Gesso e Stura
 Ente gestore: Comune di Cuneo
 tel. 0171.444501
 (orari d'ufficio escluso venerdì pomeriggio)
 parcofluviale@comune.cuneo.it
 www.parcofluvialegessostura.it



Stampato su carta certificata PEFC per la Gestione Forestale Sostenibile
 Cuneo aderisce al progetto "Città amiche delle foreste"



Foto: Martina Sibba - Orto didattico Parco fluviale

GIUGNO

IN BICI ALLA SCOPERTA DEL PARCO
Cuneo - via Porta Mondovi, 11/A, La Casa del Fiume - h 9.00

Uscita in bicicletta, organizzata in collaborazione con l'Associazione Bicingiro e accompagnati da una guida del Parco. Tema: l'acqua "canali e industrie derivate". Possibilità di noleggio mtb. Partecipazione a pagamento (3 €).

15.06

FESTA DEL PARCO - 10^a edizione
Cuneo, area relax Santuario degli Angeli - dalle h 16.30

10^o compleanno della festa del Parco davvero magica... Dalle 16.30 animazione per bambini, con giochi incantati... Alle ore 20 picnic libero con dolce offerto dal Parco; alle 21.30 spettacolo e al termine rilascio di rapaci notturni in collaborazione con il Centro Recupero Animali Selvatici. Partecipazione gratuita. In caso di pioggia alle 21 spettacolo e dolce in Sala San Giovanni.

23.06

LABORATORIO CREATIVO "Alzami e scopri cosa c'è sotto"
Cuneo - via Porta Mondovi, 11/A, La Casa del Fiume - h 10.00

Scopriamo la miriade di organismi che vivono sotto le pietre del fiume. Per bambini (5 - 11 anni). Iscrizione obbligatoria entro le 12 del 04.07. Quota 3 €. Per info e iscrizioni Alessia tel. 348 4813652, e-mail: collezione.natura@gmail.com

05.07

PASSEGGIATA CLASSICA "Il Piccolo Principe" - 8^a edizione
Cuneo - viale Angeli - h 17.00

Appuntamento in collaborazione con Progetto Har e Il Melarancio. Prenderà vita la storia del Piccolo Principe di Antoine de Saint-Exupéry, in una versione per quindici a fiati e voce recitante, adatta a bambini di tutte le età. Seguirà merenda sinora. Quota 6 € a persona (3 € fino a 12 anni).

06.07

LABORATORIO CREATIVO "Parco a lume di candela"
Le Basse del Troll - h 15.00

Laboratorio creativo per bambini per imparare a costruire le lanterne che galleggiano sull'acqua. (Iscrizione 3 €). Info: Alessia tel. 348 4813652, e-mail: collezione.natura@gmail.com

09.07

LABORATORIO ALLA SCOPERTA DELLE LIBELLULE
Cuneo, La Casa del Fiume - h 15.00

Laboratorio creativo per bambini per realizzare con materiali naturali coloratissime libellule. Iscrizione obbligatoria, posti limitati. A pagamento.

10.07

TREKKING LIBELLULE - 4^a edizione
Oasi della Madonna - h 18.00

Escursione naturalistica alla scoperta delle libellule con ricercatore e guida Parco. Attività finale e merenda sinora. Possibilità di trasporto in bus in partenza da Cuneo. Iscrizione obbligatoria, posti limitati. A pagamento.

10.07

IL PARCO A LUME DI CANDELA
Le Basse del Troll - h 19.30

Una sera di mezz'estate da passare in riva al fiume. Un'occasione unica per vedere e fotografare il fiume illuminato da tante lanterne galleggianti (il lancio è previsto per le ore 22 circa), in un'atmosfera magica. Info: Alessia tel. 348 4813652, e-mail: collezione.natura@gmail.com

11.07

LABORATORIO CREATIVO "Ucci ucci! Sento odor di..."
Cuneo - via Porta Mondovi, 11/A, La Casa del Fiume - h 10.00

Riscopriamo la natura con il nostro senso meno usato: l'olfatto! Per bambini (5 - 11 anni). Iscrizione obbligatoria entro le 12 del 11.07. Quota 3 € a bambino. Per info e iscrizioni: Maria tel. 348 4956464, e-mail: collezione.natura@gmail.com

12.07

LABORATORIO CREATIVO "Coloriamo al naturale!"
Cuneo - via Porta Mondovi, 11/A, La Casa del Fiume - h 10.00

Impariamo a creare colori da fiori, piante e frutti. Per bambini (5 - 11 anni). Iscrizione obbligatoria entro le 12 del 18.07. Quota 3 € a bambino. Per info e iscrizioni: Chiara tel. 348 2627827; e-mail: collezione.natura@gmail.com

19.07

UNA NOTTE AL PARCO
Cuneo* - h 16.30

Avresti sempre voluto dormire in tenda al Parco? Ora potrai farlo! Eccezionalmente, per una notte. Attività per bambini e adulti, passeggiata notturna nella natura seguendo le stelle. Organizzato dai volontari del Servizio Civile Nazionale. A pagamento, iscrizione obbligatoria, ad esaurimento posti.

26.07

AGOSTO

IN BICI A VEDER LE STELLE
Cuneo* - h 20.30

Escursione notturna in bici lungo la pista del Gesso. Osservazione delle costellazioni con l'aiuto di un esperto. Iscrizione obbligatoria, posti limitati. Presentarsi con bici munita di luce e torcia elettrica. A pagamento.

08.08

BAT NIGHT - 9^a edizione
Cuneo, via Porta Mondovi, 11/A, La Casa del Fiume - h 17.30 e 21.00

Laboratorio per ragazzi per la realizzazione del Batbox (posti limitati, iscrizione obbligatoria) ore 21 serata di approfondimento gratuita aperta al pubblico.

28.08

GIUGNO

ore 9.00
Shakti Naam Yoga **1/15/29.06**

Una proposta per scoprire, in sessioni di un'ora e mezza, la pratica più avanzata dello yoga, quello dell'immortalità che comprende caratteristiche e fondamenti della disciplina tradizionale. In collaborazione con il Centro Agape di Cuneo. Partecipazione gratuita, iscrizione obbligatoria. Per info: Paola tel. 338 1928170, www.youth4youth.it CUNEO*

ore 17.00
Corso di pittura naturalistica **9/16/23/30.06**

Sei lezioni in plein air, con Tiziana Lerda, per ragazzi (dai 7 anni). Argomento: soggetti faunistici del Parco realizzati con la tecnica ad acrilico su carta vegetale. A pagamento, iscrizione obbligatoria. Per info e iscrizioni: Tiziana Lerda tel. 348 0521202, e-mail: lerda.et@agx.it - CUNEO, via Porta Mondovi, 11/A - Casa del Fiume

ore 17.00
Corso di acquerello botanico **12/19/26.06**

Cinque lezioni in plein air, con Tiziana Lerda, per adulti. Argomento: soggetti botanici del Parco realizzati con la tecnica ad acquerello su carta vegetale. A pagamento, iscrizione obbligatoria. Per info e iscrizioni: Tiziana Lerda tel. 348 0521202 - mail: lerda.et@agx.it - CUNEO, via Porta Mondovi, 11/A - Casa del Fiume

Tennis Park Cuneo **14-29.06**

Al Tennis Park di Cuneo va in scena la 5^a tappa del Circuito "Il Podio", singolare maschile e femminile limitato 3.3. Per info e iscrizioni: tel. 0171 602132, e-mail: info@tennisparkcuneo.it - CUNEO, Impianti Sportivi via Parco della Gioventù, 2

ore 9.00 - 17.00
Giornata al Parco per nonni e nipoti - 3^a edizione **18.06**

Una giornata organizzata dall'Anap - Associazione Anziani e Pensionati Confartigianato - con il patrocinio di Ancos Cuneo e Confartigianato. Giochi, attività e laboratori da fare insieme nonni e nipoti. Pic nic libero e nel pomeriggio attività teatrale. Partecipazione gratuita. Iscrizione obbligatoria. Per info e iscrizioni: Federica tel. 0171 451264 - CUNEO*

ore 16.00
Creiamo un libro sui nostri amici alberi **20.06**

Creiamo un libro dedicato al nostro albero preferito con la tecnica del disegno libero, del frottage e del collage, stampando le impronte e raccogliendo materiali in natura. Per bambini dai 6 ai 10 anni. A pagamento. Iscrizione obbligatoria. Per info: Daniela e Giulia tel. 333 3791486 - CUNEO, via Porta Mondovi, 11/A - Casa del Fiume

ore 21.00
Yoga e meditazione **2/9/16/23/30.06**

Serata organizzata presso l'Alberghetto

in ricordo degli amici che hanno contribuito alla fondazione e gestione dell'Oasi e dell'Associazione. Per info: tel. 338 7683132, e-mail: oasimadonna@gmail.com www.oasimadonna.eu - SANT'ALBANO STURA, Oasi della Madonna

ore 14.30
In bici nel Parco con la Bisalta Bike **21.06**

Alla scoperta dei sentieri del Parco con maestri MTB della Bisalta Bike. Partecipazione gratuita. Gradita la prenotazione. Per bambini e famiglie. Per info: Federico 338 3603537, Paolo 337 1005917, bisaltabike.cuneo@gmail.com - CUNEO*

ore 21.00
L'oasi nell'obiettivo **27.06**

Proiezione di fotografie realizzate all'interno dell'Oasi da associati. Per info: tel. 338 7683132, e-mail: oasimadonna@gmail.com, www.oasimadonna.eu - SANT'ALBANO STURA, sala polivalente delle scuole medie

LUGLIO
ore 17.00
Corso di acquerello botanico **3/10.07**

Vedi 12, 19, 26 giugno

ore 16.00
Se fossi un animale sarei...! **4.07**

Laboratorio per bambini dai 6 agli 11 anni di improvvisazione teatrale e costruzione maschere di animali. A pagamento, iscrizione obbligatoria. Per info: Daniela e Giulia tel. 333 3791486 CUNEO, via Porta Mondovi, 11/A - Casa del Fiume

ore 16.30
English at the Park! **5/12/19/26.07**

Parco in English, per imparare con e dalla natura. Per bambini dai 5 agli 11 anni. A pagamento (possibilità anche di frequentare i singoli laboratori). Per info: tel. 328 3130775 o 348 4813652, e-mail: valerietanner@hotmail.com - alessia.comba@gmail.com - CUNEO, via Porta Mondovi, 11/A - Casa del Fiume

ore 17.00
Corso di pittura naturalistica **7/14.07**

Vedi 9, 16, 23, 30 giugno

Tennis Park Cuneo **12-19.07**

Al Tennis Park di Cuneo va in scena la 4^a tappa del Circuito "Babolat" Macroarea Nord Ovest, torneo di tennis riservato a ragazzi e ragazze Under 14 e Under 16 di Piemonte, Valle d'Aosta, Liguria e Lombardia. Per info: tel. 0171 602132, e-mail: info@tennisparkcuneo.it www.tennisparkcuneo.it - CUNEO, Impianti Sportivi via Parco della Gioventù, 2

ore 12.00
Yoga e meditazione **6/13/20/27.07**

Vedi 1, 15, 29 giugno

ore 17.30
Incanti nel Parco **13/20/27.07**

Rassegna gratuita di teatro per ragazzi. Per info: tel Melarancio/Officina Residenza Multidisciplinare tel. 0171 699971, e-mail: organizzazione@melarancio.com, www.melarancio.com - CUNEO, Parco della Resistenza

AGOSTO
ore 16.00
Costruiamo i burattini **1/8.08**

Un calzino diventerà un burattino con materiale riciclato. Nella prima giornata si costruiranno i burattini (portare un calzino). Nella seconda giornata i burattini diventeranno i personaggi da animare. Per bambini dai 6 ai 10 anni. A pagamento, iscrizione obbligatoria. Per info: Daniela e Giulia tel. 333 3791486 CUNEO, via Porta Mondovi, 11/A - Casa del Fiume

ore 21.00
Galà di musica, teatro e danza **6.08**

Galà di musica, teatro e danza. Spettacolo di musica, teatro e danza, in collaborazione con i premiati di "Culture del Mondo". Navetta gratuita in partenza da Piazza Galimberti alle ore 20.30. Per info: tel. 393 3314628 o 333 3682155 e-mail: incontridautore@yahoo.it CUNEO, Madonna delle Grazie, Cà di Banda

ore 20.15
"Garzette e stelle cadenti" **8.08**

Osservazione delle Garzette (famiglia degli Aironi) di ritorno nello specchio lacustre. A seguire, osservazione del fenomeno delle stelle cadenti e del cielo di agosto con i telescopi dell'Associazione Astrofili Bisalta. Ognuno è invitato a portare una merenda notturna al sacco. Ingresso gratuito. In collaborazione con Cuneobirding e Cras di Bernezzo. Per info: tel. 338 7683132 e-mail: oasimadonna@gmail.com www.oasimadonna.eu - SANT'ALBANO STURA, Oasi della Madonna

ore 17.30
Incanti nel Parco **10.08**

Vedi 13, 20, 27 luglio

ore 10.00
Scopriamo il mondo che ci circonda **30.08**

Percorso sensoriale guidato per bambini da 4 a 6 anni per scoprire con il tatto, l'olfatto e il suono il meraviglioso e magico mondo che ci circonda. A pagamento, iscrizione obbligatoria. Per info e iscrizioni: Daniela e Giulia tel. 333 3791486 - CUNEO, via Porta Mondovi, 11/A - Casa del Fiume

ore 12.00
Yoga e meditazione **6/13/20/27.08**

750 m di nuoto, 20 km di ciclismo e 5

km di podismo interamente nel Parco. Manifestazione aperta anche ai non tesserati. Iniziativa organizzata dall'ASD Cuneo Triathlon Per info: tel. 335 6355737, e-mail direttore@italiatriathlon.it www.italiatriathlon.it CUNEO, Parco della Gioventù

ANTEPRIMA SETTEMBRE

ore 18.00 - 19.30
Nordic Walking al Parco fluviale **TUTTI I MARTEDI**

Il Centro Nordic Walking Cuneo organizza corsi base di avvicinamento al Nordic Walking e, per chi già conosce le tecniche di camminata, passeggiate fitness nel Parco fluviale in orario preserale. A pagamento. Per info e iscrizioni: tel. 338.4400687, e-mail: info@nwcuneo.it www.nordicwalkingcuneo.it - CUNEO, Parco della Gioventù, pista artificiale sci di fondo

ore 18.30
25° Giro podistico di Madonna delle Grazie **3.09**

Corsa podistica non competitiva di circa 6 km, aperta a tutti, bambini (400 metri) e adulti. Ritrovo ore 18.30 a Madonna delle Grazie, presso i tendoni allestiti dal circolo Acli (dietro la chiesa). Al termine pasta party per tutti i partecipanti. Per info: Carlo tel 347 7876587 o Franco 0171 402304 - CUNEO, Madonna delle Grazie

"Lungo un filo di seta" e "Raccontare la natura con il legno" **6-9.09**

Nell'ambito della festa patronale verrà allestita la mostra documentaria "Lungo un filo di seta", dedicata al baco da seta, e "Raccontare la natura con il legno. Opere di pittura e scultura di artisti locali". Ingresso libero. Per info: tel 0171 346095, e-mail: caterina.lerda@gmail.com - CUNEO, Madonna delle Grazie

Tennis Park Cuneo **6-21.09**

Campionati provinciali di Tennis assoluti Al Tennis Park di Cuneo vanno in scena i Campionati provinciali di Tennis assoluti, aperti a tutte le categorie, maschile e femminile. Per info: tel 0171.602132, e-mail: info@tennisparkcuneo.it. www.tennisparkcuneo.it - CUNEO, Impianti Sportivi via Parco della Gioventù, 2

Gli eventi così contrassegnati sono ORGANIZZATI dal PARCO

Gli eventi così contrassegnati sono ORGANIZZATI alla CASA DEL FIUME

Gli eventi così contrassegnati sono ORGANIZZATI all'ORTO DIDATTICO

Il luogo dell'incontro verrà indicato in ALLEGATO DALL'ISCRIZIONE