

“PALESTRE A CIELO APERTO...sui monti della longevità”



Aria pura, la più salubre d'Europa, paesaggi incontaminati, ritmi lenti che fanno riposare la mente, sana attività sportiva, dieta mediterranea con prodotti a km zero... Le montagne di Calabria sono il luogo giusto per allenare corpo e spirito. In questa direzione si muove il progetto “**PALESTRE A CIELO APERTO...sui monti della longevità**”, promosso dal **Dipartimento Turismo e Spettacolo della Regione Calabria**.

Sport, divertimento e corretta alimentazione in un ambiente vitale, dinamico e accogliente: il giusto mix per un elisir di lunga vita.

Scenario perfetto sono i **Parchi Nazionale della Calabria** – Aspromonte, Pollino e Sila – il Parco Regionale delle Serre e la Riserva Naturale Regionale “Valli Cupe”, location ideali non solo per tutti i turisti appassionati di sport, che cercano una meta nella quale conciliare esperienza di viaggio, attività fisica e contatto con la natura, ma anche per le famiglie con bambini che possono godere della bellezza del paesaggio con i servizi e le strutture messe a disposizione, conoscendo il territorio e la sua identità, visitando i paesi e i borghi che ne fanno parte, gustando la sana e buona cucina mediterranea, entrando in contatto con la cultura e le tradizioni locali.

Il 26 e 27 ottobre 2019 si svolgerà la fase autunnale del progetto con eventi sportivi organizzati nel Parco Nazionale

della Sila-Sila Grande e nel Parco Nazionale del Pollino allo scopo di promuovere il Turismo Naturalistico e le località turistiche montane regionali, valorizzando le peculiarità di ogni singolo territorio.

Si partirà **sabato 26 ottobre, nella zona di Camigliatello Silano-Loc. Federici**, si svolgerà, in collaborazione con l'Asd TMC360 Sport, un'emozionante escursione – trekking per famiglie e giovani e trail running per gli amanti della corsa – alla scoperta dei meravigliosi paesaggi del Parco Nazionale della Sila, respirando l'aria fresca e pura dell'alta quota, godendo la serenità e la tranquillità dei boschi. Per info e dettagli: 392 2063250.

Il 27 ottobre, invece, ci si sposterà sul Parco Nazionale del Pollino per un'entusiasmante competizione di rafting e kayak sul fiume Lao denominata "Acqua e Terra Pollino Challenge", a cura dell'Associazione Sportiva Lao Canyon Rafting e la Lao Rafting, patrocinata dalla Federazione Italiana Rafting e dalla UISP che inseriscono la gara nel proprio calendario nazionale. Per info e dettagli: 349 1066034.

A far da cornice agli eventi sportivi ci saranno talk, degustazioni con eccellenze gastronomiche del territorio e animazione. Tutti gli appuntamenti sono gratuiti.

A gennaio si terrà la fase invernale di "PALESTRE A CIELO APERTO...sui monti della longevità" nel Parco Nazionale della Sila-Sila Piccola e nel Parco Nazionale dell'Aspromonte.

PROGRAMMA

Sabato 26 ottobre

Parco Nazionale della Sila-Sila Grande

Camigliatello Silano-Loc. Federici

Ore 9.45 – Ritrovo dei partecipanti (Rifugio Stazione di Posta Ndut)

Ore 10.00 – Saluti istituzionali e testimonial, Pasquale La Rocca – vincitore unico Idita Sport Alaska 2019 – e Saverio Bianco – vincitore Rovaniemi150 versione 66 km edizione 2019. Presentazione programma della giornata

Ore 10.30 – Partenza gruppi: trekking per famiglie e giovani, trial running per amanti della corsa

Ore 12.00 – L'importanza di un sano stile di vita e di un'attività fisica costante: talk con i testimonial

Ore 12.30 – Premiazione dei partecipanti

Ore 13.00 – Degustazione

Domenica 27 ottobre

Parco Nazionale del Pollino

Laino Borgo e Laino Castello

Ore 9.30 – Ritrovo dei partecipanti (sede Asd Lao Canyon Rafting)

Ore 9.45 – Saluti istituzionali e testimonial Antonello Pontecorvo, campione di rafting, nonché istruttore fluviale e marino. Presentazione programma della giornata

Ore 10.00 – Avvicinamento campo di gara

Ore 10.30 – Consegna materiale tecnico e pettorali

Ore 11.15 – Partenza specialità Fondo

Ore 13.00 – Pausa con degustazione per recuperare energie e prepararsi per la seconda specialità

Ore 14.30 – Partenza specialità Sprint su 300 m

Ore 16.00 – Premiazione