

Con partenza dal Convento del Bigorio...una giornata di Nordic Walking sul confine tra la Valle del Vedeggio e la Capriasca, con pausa l'Alpe "Santa Maria di Lago" per gustare i tradizionali cibi nostrani e genuini fatti in casa. Tutto in una cornice di splendidi panorami e immersi in una radiosa natura.

MONTE BIGORIO

"...e Alpe Santa Maria di Lago"

evento aperto ai soci, loro famigliari e simpatizzanti



Quando	Domenica 21 giugno 2026	Partecipanti	minimo 5 - max. 12 persone
Ritrovo	ore 08.50 Posteggio di Viverbene	Iscrizioni	entro 15 giugno 2026
Partenza	a) ore 09.00 da Viverbene (possibilità di trasporto con pulmino) b) ore 09.30 posteggio sterrato 50 m. prima del "Convento dei Frati Bigorio"	Iscrizioni e info	on line sul sito viverbene.swiss o Whatsapp +41 (0)78 796 06 17
Rientro	a) ca. ore 16.15 Bigorio "Convento" b) ca. ore 16.45 in Viverbene	Pagamento	TWINT o cash (importo esatto)
Pranzo	a) Ristorante "Alpe Santa Maria di lago" - "à la carte" b) sul terreno - al sacco (organizzazione individuale)	Meteo	asciutto
Costo	CHF 40.-- a persona	Assicurazione	privata infortuni obbligatoria
Inclusi	. visita all'alpe e zona fortini . organizzazione e guida . trasferta da/alla partenza (6 posti) . ev. noleggio bastoni da NW	Responsabile	Sandro Taddei - (guida esa)
Esclusi	. trasferta al ritrovo/partenza . pranzo e bevande . non citati	Da portare:	- bastoni da nordic walking - scarpe adatte a sentieri sterrati - cappellino / bandana - occhiali e crema da sole - zaino con: . borraccia con acqua/bevanda - snack . indumenti adatti: alla stagione, di ricambio, necessari in caso di pioggia/vento improvvisi . ev. macchina fotografica - farmacia personale

Percorso

- sentieri nel bosco, strade sterrate/asfaltate **livello difficoltà medio (T2)**
- lunghezza : - matt. 5.5 km. - pom. 7.0 km. **tot. 12.50 km.**
- tempo : - matt. 2h 10 min. - pom. 1h 50 min. **tot. 4 h 00 min.**
- salita - discesa - matt. 502/235 m. - pom. 169/439 m. **tot. 677/676 m.**
- altitudine min./max **663 - 1'167 m. slm.**
- condizione fisica richiesta **medio - buona**

