



ROVEREDO - MONTE LAURA

"...mille metri solo salita"

evento aperto ai soci, loro famigliari e simpatizzanti



Quando	Sabato 18 luglio 2026	Meteo	asciutto
Ritrovo	ore 08.00 Posteggio Viverbene	Partecipanti	minimo 5 - max. 12 persone
Partenza	a) ore 08.10 da Viverbene (possibilità di trasporto con pulmino)	Iscrizioni	entro 12 luglio 2026
	b) ore 08.45 Roveredo (GR)	Iscrizioni e info	on line sul sito viverbene.swiss o Whatsapp +41 (0)78 796 06 17
posteggio:	"Casa di cura Immacolata" Strada de San Fedee 44	Pagamento	TWINT o cash (importo esatto)
Rientro	a) a Roveredo ca. ore 17.30	Assicurazione	privata infortuni obbligatoria
	b) ca. ore 18.10 in Viverbene	Responsabile	Sandro Taddei - (guida esa)
Pranzo	Ristorante "La Bola" Mte Laura	Da portare:	
menu:	insalatina verde e pomodoro, "polenta tomatis e ef" con stracchino e mortadella	- bastoni da nordic walking	
da bere:	vino nostrano, acqua e caffè	- scarpe adatte a strada e sentieri montani	
Costo	CHF 89.-- a persona	- occhiali e crema da sole, cappellino/bandana	
Inclusi	. trasporti : Canobbio - Roveredo Mte Laura - Roveredo* Roveredo - Canobbio	- zaino con:	
	. organizzazione e guida	. borraccia con acqua/bevanda - snack	
	. pranzo menu con bere	. indumenti adatti: alla stagione, di ricambio, ev. caldi e in caso di pioggia/vento improvvisi	
	. ev. noleggio bastoni da NW	. ev. macchina fotografica - farmacia personale	
Esclusi	. bevande . spuntini . non citati	...TANTA VOGLIA DI CAMMINARE E DIVERTIRSI !	

"Rorè-Laura"...la famosa tappa ciclistica, che nell'ultima 11a edizione del 2010 fu vinta dallo Svizzero Oliver Zaugg, anche per il **Nordic Walking** è un interessante percorso tutto in salita. Con partenza da Roveredo (Grigioni), salendo lungo la strada immersa nei boschi, a quota 1'400 m.slm si raggiunge il suggestivo Monte Laura. Il programma include un gustoso pranzo con panorama sulle Valli Mesolcina e Calanca, la visita al monte, alla famosa chiesetta e tempo libero per potersi rilassare.

Il rientro in discesa è organizzato con un pulmino dedicato *

- Percorso**
- strada asfaltata - difficoltà: (T1-T2) medio - intenso
- Andata :**
- salita - discesa 1'000 m. - 0 m.
 - lunghezza : 10 km.
 - tempo percorrenza : ca. 3 ore 30 min.
 - altitudine min./max 346 m. - 1'346 m.
 - condizione fisica richiesta medio - buona

Ritorno*: ● discesa ORGANIZZATA CON PULMINO DEDICATO

