



Comune di Roana



CESUNA 2022



Un'estate all'insegna
della **Natura** e del **Benessere**
immersi nel verde e nella storia

Per info: ☎ 0424 67064 ✉ info@cesuna.it

📌 ProLocoCesuna

L'ufficio è aperto tutti i giorni di luglio e agosto
con i seguenti orari:
mattina 10:00 - 12:00 pomeriggio 16:00 - 18:00





Programma CESUNA ESTATE 2022

LUGLIO



Sabato 2 - Ore 20.00/22.30 - Ritrovo al PalaCiclamino - **Laboratorio creativo, esperienze sensoriali e passeggiata guidata naturalistica con Asiago Guide** - Un'avventura tra i boschi ed i prati di Cesuna ci regala ricordi indimenticabili grazie ai magici incontri con gli abitanti della montagna e la luce che ci accompagna: il richiamo dell'alocco, i passi fugaci dei caprioli, il profumo delle erbe selvatiche e lo svolazzare luminoso di tanti insetti a dir poco magici ... **le lucciole!** Ci incontriamo al tramonto per creare delle magiche lanterne attraverso un laboratorio di riciclo creativo che guideranno i nostri passi alla ricerca delle lucciole per una serata ricca di sorprese, nel buio della montagna, avvolti da una fioca, magica luce! Prenotazione obbligatoria. Info ed iscrizioni al num. 347.1836825 o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Domenica 3 - Ore 15.00/18.00 - Presso il Parco delle Leggende - **OPEN DAY** - Giulia, Helen e Marco vi aspettano per consulenze giochi, mobility e informazioni sul meraviglioso mondo dei cani. L'attività è svolta all'aperto in completa sicurezza presso il centro cinofilo. Info al num. 347.9673506 (Giulia), 348.5181403 (Helen), 346.7357859 (Marco) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 5 - Ore 10.00/11.00 - NATURE YOGA: pratica di yoga al Parco delle Leggende con Giulia Rigoni, insegnante certificata RYT 500 ORE. La pratica è adatta a tutti e prevede asana (posizioni yoga) respiro consapevole ed esperienze sensoriali. Il modo migliore per connettersi con la Natura !!! La lezione è adatta a tutti. Portare tappetino o coperta. In caso di maltempo si svolgerà al Palaciclaminio. Prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 5 - Ore 20.00/21.00 - Presso il PalaCiclamino - **CORSO DI BALLO CARAIBICO** con la scuola SALSASIAGO - I corsi sono di SALSA CUBANA e BACHATA. Indossare scarpe pulite (portare e mettere quelle da ballo). Prenotazione obbligatoria. Per info ed iscrizioni potete chiamare il num. 338.8580380 (maestra Emanuela) lasciando, eventualmente, un messaggio per essere ricontattati oppure presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 5 - Ore 21.00/23.00 - Presso il PalaCiclamino - **BALLANDO SOTTO LE STELLE** - La serata continua sotto la guida di Silvia dj con balli liscio, latino americani e balli di gruppo.



Giovedì 7 - Ore 10.30/11.30 - KANGATRaining ITALIA: Kangatraining è una ginnastica pre e post parto pensata per i cambiamenti fisici del corpo della donna dalla gravidanza al post parto da fare assieme al proprio bebè. Grazie alla musica e ai passi base di aerobica la mamma si allena senza rendersi conto di fare esercizio mentre il bimbo cullato dalla musica e dal movimento si addormenta nel giro di pochi minuti dalla ginnastica e di solito si risvegliano nella parte finale di stretching. E' necessario il certificato medico sportivo non agonistico. La lezione si svolge al Palaciclaminio. Info, prenotazione e costi al num. 340.0665226 (Martina Sperotto) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Giovedì 7 - Ore 9.30/12.30 - Ritrovo al PalaCiclamino - **ESCURSIONE GUIDATA** con Asiago Guide: "A caccia di alberi monumentali" - Quanto può vivere una pianta? Come mai è così raro trovare un albero veramente vecchio? Andiamo alla scoperta dei rari esemplari monumentali rimasti in Altopiano, per riposarci e fantasticare sotto la loro grande chioma. Rivivremo assieme la loro lunga vita, raccontando vicende e leggende che questi testimoni dello scorrere del tempo, hanno vissuto attraverso i secoli. Assegniamo una difficoltà 2 su una scala da 1 (facilissimo) a 5 (impegnativo). Il percorso non presenta particolari difficoltà tecniche, è adatto a tutti e si sviluppa tra strade sterrate, sentieri di montagna. Il dislivello in salita è inferiore ai 200 m, non sono presenti tratti esposti. Prenotazione obbligatoria. Info ed iscrizioni al num. 347.1836825 o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Venerdì 8 - Ore 09.45/12.00 - BAGNO DI FORESTA: Camminare in Natura con la consapevolezza di farlo è un'esperienza di sollecitazione dei cinque sensi. Educheremo noi stessi all'ascolto dei suoni di un bosco, a respirarne i profumi, ad osservare la luce e le sfumature dei colori, creando una sensibilità che aiuta a stabilire un contatto autentico con le piante e con la terra. I nostri sensi saranno amplificati attraverso le esperienze proposte: Yoga dolce, meditazione camminata, pratiche di respirazione consapevole, bagno di suoni con campane tibetane, abbraccio degli alberi. Ci immergeremo nel bosco montano in un modo nuovo e profondo, per imparare a "vivere" nel migliore dei modi i doni che la Natura ci offre! La pratica è guidata da Giulia Rigoni, insegnante di yoga certificata RYS 500 ore. Portare coperta, acqua e indossare abbigliamento comodo e scarpe adatte a passeggiare nel bosco. Ritrovo presso "Casa Zeleghe" entro le 09.30. Prenotazione obbligatoria entro Mercoledì 6. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Sabato 9 - Ore 20.00/22.00 - Ritrovo al PalaCiclamino - **ESCURSIONE GUIDATA** con Asiago Guide: "Tra boschi e leggende a Cesuna" - Ci incontriamo al tramonto per vivere insieme un'esperienza in Natura ricca di emozioni! Entriamo nel bosco con il furtivo passo della volpe per sentire il vociio degli uccelli che salutano il sole, il calpestio dei fugaci caprioli, e lo scricchiolio dei rospi che si attivano in queste ore serali. **Storie di piante, animali e magiche creature della cultura Cimbra** allietano la serata durante quest'avventura per grandi e piccini al Boscon di Cesuna. Assegniamo una difficoltà 2 su una scala da 1 (facilissimo) a 5 (impegnativo). Il percorso si sviluppa tra sentieri di montagna, strade sterrate e qualche breve tratto di strada asfaltata poco trafficata e una galleria. Il dislivello in salita è inferiore ai 200 m, non sono presenti tratti esposti.. Prenotazione obbligatoria. Info ed iscrizioni al num. 347.1836825 o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Domenica 10 - Tutto il giorno - Centro paese - Mercatino dell'antiquariato "AltenMarkt".



Lunedì 11 - Ore 10.30/11.30 - KANGATRaining ITALIA: Kangatraining è una ginnastica pre e post parto pensata per i cambiamenti fisici del corpo della donna dalla gravidanza al post parto da fare assieme al proprio bebè. Grazie alla musica e ai passi base di aerobica la mamma si allena senza rendersi conto di fare esercizio mentre il bimbo cullato dalla musica e dal movimento si addormenta nel giro di pochi minuti dalla ginnastica e di solito si risvegliano nella parte finale di stretching. E' necessario il certificato medico sportivo non agonistico. La lezione si svolge al Palaciclaminio. Info, prenotazione e costi al num. 340.0665226 (Martina Sperotto) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.

LUGLIO



Martedì 12 - Ore 10.00/11.00 - NATURE YOGA: pratica di yoga al Parco delle Leggende con Giulia Rigoni, insegnante certificata RYT 500 ORE. La pratica è adatta a tutti e prevede asana (posizioni yoga) respiro consapevole ed esperienze sensoriali. Il modo migliore per connettersi con la Natura !!! La lezione è adatta a tutti. Portare tappetino o coperta. In caso di maltempo si svolgerà al Palaciclaminò. Prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 12 - Ore 20.00/21.00 - Presso il PalaCiclaminò - **CORSO DI BALLO CARAIBICO** con la scuola SALSASIAGO - I corsi sono di SALSA CUBANA e BACHATA. Indossare scarpe pulite (portare e mettere quelle da ballo). Prenotazione obbligatoria. Per info ed iscrizioni potete chiamare il num. 338.8580380 (maestra Emanuela) lasciando, eventualmente, un messaggio per essere ricontattati oppure presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 12 - Ore 21.00/23.00 - Presso il PalaCiclaminò - **BALLANDO SOTTO LE STELLE** - La serata continua sotto la guida di Silvia dj con balli liscio, latino americani e balli di gruppo.



Giovedì 14 - Ore 10.30/11.30 - KANGATRaining ITALIA: Kangatraining è una ginnastica pre e post parto pensata per i cambiamenti fisici del corpo della donna dalla gravidanza al post parto da fare assieme al proprio bebè. Grazie alla musica e ai passi base di aerobica la mamma si allena senza rendersi conto di fare esercizio mentre il bimbo cullato dalla musica e dal movimento si addormenta nel giro di pochi minuti dalla ginnastica e di solito si risvegliano nella parte finale di stretching. E' necessario il certificato medico sportivo non agonistico. La lezione si svolge al Palaciclaminò. Info, prenotazione e costi al num. 340.0665226 (Martina Sperotto) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Giovedì 14 - Ore 9.30/12.30 - Ritrovo al PalaCiclaminò - **ESCURSIONE GUIDATA E-BIKE** con Asiago Guide: "In e.bike tra i luoghi della Grande Guerra" - Escursione in E-bike al Monte Zovetto e Monte Lemerle per rivivere le fasi cruciali della Strafexpedition, che proprio in questi monti si riversò pesantemente sui nostri soldati posti a difesa come ultimo baluardo sulla pianura Veneta. Grazie a loro infatti, si impedì alle truppe austroungariche di scendere nella pianura Veneta, da dove avrebbero potuto facilmente avanzare fino alle grandi città con conseguenze drammatiche. Ammireremo inoltre alcune fortificazioni dell'esercito britannico, che in quegli anni venne inviato a combattere sulle nostre montagne a sostegno delle truppe italiane. Assegniamo una difficoltà 3 su una scala da 1 (facilissimo) a 5 (impegnativo). Il percorso non presenta particolari difficoltà tecniche, è adatto a tutti e si sviluppa tra strade sterrate, sentieri di montagna. Il dislivello in salita è inferiore ai 500 m, non sono presenti tratti esposti. Prenotazione obbligatoria. Info ed iscrizioni al num. 347.1836825 o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Lunedì 18 - Ore 10.30/11.30 - KANGATRaining ITALIA: Kangatraining è una ginnastica pre e post parto pensata per i cambiamenti fisici del corpo della donna dalla gravidanza al post parto da fare assieme al proprio bebè. Grazie alla musica e ai passi base di aerobica la mamma si allena senza rendersi conto di fare esercizio mentre il bimbo cullato dalla musica e dal movimento si addormenta nel giro di pochi minuti dalla ginnastica e di solito si risvegliano nella parte finale di stretching. E' necessario il certificato medico sportivo non agonistico. La lezione si svolge al Palaciclaminò. Info, prenotazione e costi al num. 340.0665226 (Martina Sperotto) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 19 - Ore 10.00/11.00 - NATURE YOGA: pratica di yoga al Parco delle Leggende con Giulia Rigoni, insegnante certificata RYT 500 ORE. La pratica è adatta a tutti e prevede asana (posizioni yoga) respiro consapevole ed esperienze sensoriali. Il modo migliore per connettersi con la Natura !!! La lezione è adatta a tutti. Portare tappetino o coperta. In caso di maltempo si svolgerà al Palaciclaminò. Prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 19 - Ore 20.00/21.00 - Presso il PalaCiclaminò - **CORSO DI BALLO CARAIBICO** con la scuola SALSASIAGO - I corsi sono di SALSA CUBANA e BACHATA. Indossare scarpe pulite (portare e mettere quelle da ballo). Prenotazione obbligatoria. Per info ed iscrizioni potete chiamare il num. 338.8580380 (maestra Emanuela) lasciando, eventualmente, un messaggio per essere ricontattati oppure presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 19 - Ore 21.00/23.00 - Presso il PalaCiclaminò - **BALLANDO SOTTO LE STELLE** - La serata continua sotto la guida di Silvia dj con balli liscio, latino americani e balli di gruppo.



Giovedì 21 - Ore 10.30/11.30 - KANGATRaining ITALIA: Kangatraining è una ginnastica pre e post parto pensata per i cambiamenti fisici del corpo della donna dalla gravidanza al post parto da fare assieme al proprio bebè. Grazie alla musica e ai passi base di aerobica la mamma si allena senza rendersi conto di fare esercizio mentre il bimbo cullato dalla musica e dal movimento si addormenta nel giro di pochi minuti dalla ginnastica e di solito si risvegliano nella parte finale di stretching. E' necessario il certificato medico sportivo non agonistico. La lezione si svolge al Palaciclaminò. Info, prenotazione e costi al num. 340.0665226 (Martina Sperotto) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Giovedì 21 - Ore 9.30/16.00 - Ritrovo al PalaCiclaminò - **ESCURSIONE GUIDATA** con Asiago Guide: "Panorami tra le malghe" - Vi attende una rigenerante giornata di scoperta tra le Malghe della zona Sud dell'Altopiano dei Sette Comuni, dove è possibile ammirare panorami mozzafiato che spaziano fino alla pianura Padana, i colli Euganei, e nelle giornate più limpide alla laguna di Venezia e agli Appennini. La ricca biodiversità delle erbe dei pascoli, le razze delle mucche al pascolo e l'arte casearia tramandata di generazione in generazione sono gli ingredienti essenziali per la produzione di un eccellente formaggio Asiago DOP. Un'immersione in natura e nella cultura popolare che vi saprà regalare una Montagna di Emozioni! Assegniamo una difficoltà 3 su una scala da 1 (facilissimo) a 5 (impegnativo). Il percorso non presenta particolari difficoltà tecniche, è adatto a tutti e si sviluppa tra strade sterrate, sentieri di montagna. Il dislivello in salita è inferiore ai 250 m, sono presenti tratti leggermente esposti. Prenotazione obbligatoria. Info ed iscrizioni al num. 347.1836825 o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Venerdì 22 - Ore 21.00 - Presso il PalaCiclaminò - **CONCERTO DELLA BANDA MONTE LEMERLE**



Sabato 23 - Tutto il giorno - HOGA ZAIT. Presso il PalaCiclaminò mercatino di prodotti tipici cimbri e lavorazione del legno. La mattina caccia al tesoro presso il Parco delle Leggende. Prenotazione obbligatoria presso l'ufficio IAT di ROANA. Il pomeriggio alle ore 17.00 spettacolo con i Trombini di San Bartolomeo delle Montagne. La sera alle ore 20.45 fiaccolata dal piazzale dell'Alpino fino al Parco delle Leggende con spettacolo delle Zelighen Baiblen.



Domenica 24 - Ore 09.30/13.00 - PASSEGGIATA CINOFILA - Giulia, Helen e Marco vi accompagneranno in una piacevole e rilassante passeggiata in compagnia dei nostri amici a quattro zampe, dando dei consigli sulla corretta gestione dell'animale anche in queste situazioni. Info al num. 347.9673506 (Giulia), 348.5181403 (Helen), 346.7357859 (Marco) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Lunedì 25 - Ore 10.30/11.30 - KANGATRaining ITALIA: Kangatraining è una ginnastica pre e post parto pensata per i cambiamenti fisici del corpo della donna dalla gravidanza al post parto da fare assieme al proprio bebè. Grazie alla musica e ai passi base di aerobica la mamma si allena senza rendersi conto di fare esercizio mentre il bimbo cullato dalla musica e dal movimento si addormenta nel giro di pochi minuti dalla ginnastica e di solito si risvegliano nella parte finale di stretching. E' necessario il certificato medico sportivo non agonistico. La lezione si svolge al Palaciclaminò. Info, prenotazione e costi al num. 340.0665226 (Martina Sperotto) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 26 - Ore 10.00/11.00 - NATURE YOGA: pratica di yoga al Parco delle Leggende con Giulia Rigoni, insegnante certificata RYT 500 ORE. La pratica è adatta a tutti e prevede asana (posizioni yoga) respiro consapevole ed esperienze sensoriali. Il modo migliore per connettersi con la Natura !!! La lezione è adatta a tutti. Portare tappetino o coperta. In caso di maltempo si svolgerà al Palaciclaminò. Prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 26 - Ore 20.00/21.00 - Presso il PalaCiclaminò - **CORSO DI BALLO CARAIBICO** con la scuola SALSASIAGO - I corsi sono di SALSA CUBANA e BACHATA. Indossare scarpe pulite (portare e mettere quelle da ballo). Prenotazione obbligatoria. Per info ed iscrizioni potete chiamare il num. 338.8580380 (maestra Emanuela) lasciando, eventualmente, un messaggio per essere ricontattati oppure presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 26 - Ore 21.00/23.00 - Presso il PalaCiclaminò - **BALLANDO SOTTO LE STELLE** - La serata continua sotto la guida di Silvia dj con balli liscio, latino americani e balli di gruppo.



Giovedì 28 - Ore 10.30/11.30 - KANGATRaining ITALIA: Kangatraining è una ginnastica pre e post parto pensata per i cambiamenti fisici del corpo della donna dalla gravidanza al post parto da fare assieme al proprio bebè. Grazie alla musica e ai passi base di aerobica la mamma si allena senza rendersi conto di fare esercizio mentre il bimbo cullato dalla musica e dal movimento si addormenta nel giro di pochi minuti dalla ginnastica e di solito si risvegliano nella parte finale di stretching. E' necessario il certificato medico sportivo non agonistico. La lezione si svolge al Palaciclaminò. Info, prenotazione e costi al num. 340.0665226 (Martina Sperotto) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Giovedì 28 - Ore 17.30/20.30 - Ritrovo al PalaCiclaminò - **ESCURSIONE GUIDATA** con Asiago Guide: "Il fronte di Vaia" - Conoscere un territorio e le sue vicende, aiuta molto nel leggere il paesaggio, capire da dove origina e intuire come evolverà... Passo dopo passo, seguendo il sentiero ricavato tra i percorsi storici e forestali del Monte Lemerle, parleremo di Vaia, del suo impatto sull'ambiente e sugli abitanti. La distruzione prima e la ricostruzione poi... esattamente come fu con la Grande Guerra. Assegniamo una difficoltà 2 su una scala da 1 (facilissimo) a 5 (impegnativo). Il percorso non presenta particolari difficoltà tecniche, è adatto a tutti e si sviluppa tra strade sterrate, sentieri di montagna. Il dislivello in salita è inferiore ai 250 m, non sono presenti tratti esposti. Prenotazione obbligatoria. Info ed iscrizioni al num. 347.1836825 o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Venerdì 29 - Ore 21.00 - Presso il Teatro Palladio - **CONCERTO DEL CORO ASIAGO**



Sabato 30 - Ore 09.30/12.30 - GREEN WALKING EMOTION in collaborazione con Guide Altopiano - Questa esperienza è un mix tra la conoscenza scientifica della guida naturalistica e la visione alternativa dell'insegnante di yoga. Una passeggiata sul monte Zovetto alla scoperta della bellezza del territorio con pratiche di respirazione consapevole, meditazione, rilassamento profondo, abbraccio degli alberi. La pratica è guidata da Giulia Rigoni, insegnante di yoga certificata RYS 500 ore. Portare coperta, acqua e indossare abbigliamento comodo e scarpe adatte a passeggiare nel bosco. Ritrovo in auto alle ore 9.15 presso l'osteria "il Cacciatore" in via Magnaboschi. Prenotazione obbligatoria entro Venerdì 22. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Domenica 31 - Ore 10.00/12.30 e Ore 16.30/18.00 - Ritrovo al PalaCiclaminò - **PASSEGGIATA GUIDATA IN COMPAGNIA DEGLI ALPACA DI A&A ALPACA** con Asiago Guide - Una facile passeggiata in compagnia dei nostri amici alpaca partendo dal centro di Cesuna per conoscere di più di questi animali e per godere della loro simpatia portandoli di tanto in tanto con la cavezza. In collaborazione con le fattorie didattiche A&A-Alpaca e Malgasiago, percorreremo le vie del paese entrando poi nel cuore dei boschi e dei pascoli dell'altopiano così da conoscere intimamente la montagna ed i suoi prodotti grazie ai nostri amici pelosoni. Assegniamo una difficoltà 1 su una scala da 1 (facilissimo) a 5 (impegnativo). Il percorso è ad anello e non presenta particolari difficoltà tecniche. Si sviluppa partendo dall'abitato di Cesuna su qualche breve tratto di strada asfaltata, sentieri di montagna e strade sterrate. Il dislivello in salita è inferiore ai 200 m, non sono presenti tratti esposti. Prenotazione obbligatoria. Info ed iscrizioni al num. 347.1836825 o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.

AGOSTO



Martedì 2 - Ore 10.00/11.00 - NATURE YOGA: pratica di yoga al Parco delle Leggende con Giulia Rigoni, insegnante certificata RYT 500 ORE. La pratica è adatta a tutti e prevede asana (posizioni yoga) respiro consapevole ed esperienze sensoriali. Il modo migliore per connettersi con la Natura !!! La lezione è adatta a tutti. Portare tappetino o coperta. In caso di maltempo si svolgerà al Palaciclaminò. Prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 2 - Ore 20.00/21.00 - Presso il PalaCiclaminò - **CORSO DI BALLO CARAIBICO** con la scuola SALSASIAGO - I corsi sono di SALSA CUBANA e BACHATA. Indossare scarpe pulite (portare e mettere quelle da ballo). Prenotazione obbligatoria. Per info ed iscrizioni potete chiamare il num. 338.8580380 (maestra Emanuela) lasciando, eventualmente, un messaggio per essere ricontattati oppure presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 2 - Ore 21.00/23.00 - Presso il PalaCiclaminò - **BALLANDO SOTTO LE STELLE** - La serata continua sotto la guida di Silvia dj con balli liscio, latino americani e balli di gruppo.



Giovedì 4 - Ore 16.00/19.00 - Ritrovo al PalaCiclaminò - **ESCURSIONE GUIDATA** con Asiago Guide: "Gli inglesi in Altopiano" - Non da tutti è conosciuto l'intervento inglese in Italia durante la Prima Guerra Mondiale, la **British Expeditionary Force** (B.E.F.) fu dislocata nel marzo del 1918 tra Asiago e Cesuna in appoggio alle divisioni italiane in trincea. L'impero britannico all'Epoca si estendeva su tutti i continenti e comprendeva un quinto della popolazione mondiale. Attraverso i segni tangibili lasciati dalla Guerra come le **trincee del Monte Zovetto ed i cimiteri oggi restaurati**, vi faremo conoscere le storie di questi soldati, catapultati in Altopiano, letteralmente dall'altra parte del mondo. Durante il percorso **tra boschi di abete e profumati pascoli**, la guida vi condurrà in un viaggio nella storia per regalarvi un'esperienza in Natura ricca di emozioni!. Assegniamo una difficoltà 2 su una scala da 1 (facilissimo) a 5 (impegnativo). Il percorso si sviluppa tra sentieri di montagna, strade sterrate e qualche breve tratto di strada asfaltata poco trafficata e una galleria. Il dislivello in salita è inferiore ai 250 m, non sono presenti tratti esposti. Prenotazione obbligatoria. Prenotazione obbligatoria. Info ed iscrizioni al num. 347.1836825 o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Venerdì 5 - Ore 21.00 - Presso il PalaCiclaminò - **CONCERTO DELLA BANDA MONTE LEMERLE**

LUGLIO

AGOSTO



Domenica 7 - Ore 15.00/18.00 - Presso il Parco delle Leggende - **OPEN DAY** - Giulia, Helen e Marco vi aspettano per consulenze giochi, mobility e informazioni sul meraviglioso mondo dei cani. L'attività è svolta all'aperto in completa sicurezza presso il centro cinofilo. Info al num. 347.9673506 (Giulia), 348.5181403 (Helen), 346.7357859 (Marco) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Domenica 6 - Ore 18.00/21.00 - Ritrovo al PalaCiclamino - **APERITIVO IN MALGA** con Asiago Guide - Escursione guidata alla scoperta di Cesuna e delle sue **Malghe** con degustazione di formaggi tipici presso Malga Zovetto. Come diceva Italo Calvino, dietro ogni formaggio c'è un pascolo di un diverso verde sotto un diverso cielo: venite con noi a scoprire (e assaggiare) i segreti del vero **formaggio Asiago** nel caloroso abbraccio di una vera malga! Dal territorio alla tavola per un'esperienza sensoriale a **360 gradi**. Assaggiare un prodotto gastronomico tipico, significa incontrare la cultura di un territorio! Assegniamo una difficoltà 2 su una scala da 1 (facilissimo) a 5 (impegnativo). Il percorso si sviluppa tra sentieri di montagna, strade sterrate e qualche breve tratto di strada asfaltata poco trafficata e una galleria. Il dislivello in salita è inferiore ai 250 m, non sono presenti tratti esposti. Prenotazione obbligatoria. Info ed iscrizioni al num. 347.1836825 o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 9 - Ore 10.00/11.00 - NATURE YOGA: pratica di yoga al Parco delle Leggende con Giulia Rigoni, insegnante certificata RYT 500 ORE. La pratica è adatta a tutti e prevede asana (posizioni yoga) respiro consapevole ed esperienze sensoriali. Il modo migliore per connettersi con la Natura !!! La lezione è adatta a tutti. Portare tappetino o coperta. In caso di maltempo si svolgerà al Palaciclamino. Prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 9 - Ore 20.00/21.00 - Presso il PalaCiclamino - **CORSO DI BALLO CARAIBICO** con la scuola SALSASIAGO - I corsi sono di SALSA CUBANA e BACHATA. Indossare scarpe pulite (portare e mettere quelle da ballo). Prenotazione obbligatoria. Per info ed iscrizioni potete chiamare il num. 338.8580380 (maestra Emanuela) lasciando, eventualmente, un messaggio per essere ricontattati oppure presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 9 - Ore 21.00/23.00 - Presso il PalaCiclamino - **BALLANDO SOTTO LE STELLE** - La serata continua sotto la guida di Silvia dj con balli liscio, latino americani e balli di gruppo.



Venerdì 12 - Ore 09.45/12.00 - BAGNO DI FORESTA: Camminare in Natura con la consapevolezza di farlo è un'esperienza di sollecitazione dei cinque sensi. Educheremo noi stessi all'ascolto dei suoni di un bosco, a respirarne i profumi, ad osservare la luce e le sfumature dei colori, creando una sensibilità che aiuta a stabilire un contatto autentico con le piante e con la terra. I nostri sensi saranno amplificati attraverso le esperienze proposte: Yoga dolce, meditazione camminata, pratiche di respirazione consapevole, bagno di suoni con campane tibetane, abbraccio degli alberi. Ci immergeremo nel bosco montano in un modo nuovo e profondo, per imparare a "vivere" nel migliore dei modi i doni che la Natura ci offre! La pratica è guidata da Giulia Rigoni, insegnante di yoga certificata RYS 500 ore. Portare coperta, acqua e indossare abbigliamento comodo e scarpe adatte a passeggiare nel bosco. Ritrovo presso "Casa Zeleghe" entro le 09.30. Prenotazione obbligatoria entro Mercoledì 10. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Venerdì 12 - Dalle ore 19:00 - PalaCiclamino - "Cesuna in Festa". Festa paesana con musica, ricco stand gastronomico e tanto divertimento. (vedi pagina dedicata).



Sabato 13 - Tutto il giorno - PalaCiclamino - "Cesuna in Festa". Festa paesana con musica, ricco stand gastronomico e tanto divertimento. (vedi pagina dedicata).



Domenica 14 - Tutto il giorno - Centro paese - Mercatino dell'antiquariato "AltenMarkt".



Domenica 14 - Tutto il giorno - PalaCiclamino - "Cesuna in Festa". Festa paesana con musica, ricco stand gastronomico e tanto divertimento. (vedi pagina dedicata).



Lunedì 15 - Tutto il giorno - PalaCiclamino - "Cesuna in Festa". Festa paesana con musica, ricco stand gastronomico e tanto divertimento. (vedi pagina dedicata).



Martedì 16 - Ore 16.00 - Treschè Cesuna - **CONCERTO DELLA BANDA MONTE LEMERLE** in occasione della ricorrenza di S.Rocco



Martedì 16 - Ore 20.00/22.30 - Ritrovo al PalaCiclamino - **ESCURSIONE GUIDATA** con Asiago Guide: "Tra boschi e leggende a Cesuna" - Ci incontriamo al tramonto per vivere insieme un'esperienza in Natura ricca di emozioni!

Entriamo nel bosco con il furtivo passo della volpe per sentire il voci degli uccelli che salutano il sole, il calpestio dei fugaci caprioli, e lo scricchiolio dei rospi che si attivano in queste ore serali. **Storie di piante, animali e magiche creature della cultura Cimbra** allieteranno la serata durante quest'avventura per grandi e piccini al Boscon di Cesuna. Assegniamo una difficoltà 2 su una scala da 1 (facilissimo) a 5 (impegnativo). Il percorso si sviluppa tra sentieri di montagna, strade sterrate e qualche breve tratto di strada asfaltata poco trafficata e una galleria. Il dislivello in salita è inferiore ai 200 m, non sono presenti tratti esposti. Prenotazione obbligatoria. Info ed iscrizioni al num. 347.1836825 o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 16 - Ore 20.00/21.00 - Presso il PalaCiclamino - **CORSO DI BALLO CARAIBICO** con la scuola SALSASIAGO - I corsi sono di SALSA CUBANA e BACHATA. Indossare scarpe pulite (portare e mettere quelle da ballo). Prenotazione obbligatoria. Per info ed iscrizioni potete chiamare il num. 338.8580380 (maestra Emanuela) lasciando, eventualmente, un messaggio per essere ricontattati oppure presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 16 - Ore 21.00/23.00 - Presso il PalaCiclamino - **BALLANDO SOTTO LE STELLE** - La serata continua sotto la guida di Silvia dj con balli liscio, latino americani e balli di gruppo.



Domenica 21 - Ore 17.00/19.00 - YOGA, HANDPAN e il potere del suono. Presso il Parco delle Leggende, pratica fluida di yoga adatta a tutti, respirazione consapevole e rilassamento profondo, il tutto accompagnato dal magico suon dell'Handpan e di altri strumenti. Consigliamo abbigliamento comodo, tappetino yoga e coperta.. In caso di maltempo l'evento si svolgerà al Palaciclamino. La pratica sarà guidata da Giulia Rigoni, insegnante di yoga RYS 500 ORE e da Umberto Morris Gallani, suonatore di Handpan, strumento a percussione in metallo dalle sonorità calde e raffinate. Prenotazione obbligatoria entro Venerdì 26. Ritrovo entro le ore 16.00. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.

AGOSTO



Martedì 23 - Ore 10.00/11.00 - NATURE YOGA: pratica di yoga al Parco delle Leggende con Giulia Rigoni, insegnante certificata RYT 500 ORE. La pratica è adatta a tutti e prevede asana (posizioni yoga) respiro consapevole ed esperienze sensoriali. Il modo migliore per connettersi con la Natura !!! La lezione è adatta a tutti. Portare tappetino o coperta. In caso di maltempo si svolgerà al Palaciclaminò. Prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 23 - Ore 20.00/21.00 - Presso il PalaCiclaminò - **CORSO DI BALLO CARAIBICO** con la scuola SALSASIAGO - I corsi sono di SALSA CUBANA e BACHATA. Indossare scarpe pulite (portare e mettere quelle da ballo). Prenotazione obbligatoria. Per info ed iscrizioni potete chiamare il num. 338.8580380 (maestra Emanuela) lasciando, eventualmente, un messaggio per essere ricontattati oppure presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 23 - Ore 21.00/23.00 - Presso il PalaCiclaminò - **BALLANDO SOTTO LE STELLE** - La serata continua sotto la guida di Silvia dj con balli liscio, latino americani e balli di gruppo.



Giovedì 25 - Ore 9.30/12.30 - Ritrovo al PalaCiclaminò - **ESCURSIONE GUIDATA E-BIKE** con Asiago Guide: "Tra Natura e Storia al Monte Paù in e.bike" - Partendo dall'abitato di Cesuna ci si lascia alle spalle il caratteristico paese di Montagna per inoltrarsi dapprima in boschi di faggio e abete che lasciano poi spazio ai pascoli dediti all'alpeggio. Pedalata dopo pedalata ci si spinge fino al Monte Paù, il monte a picco sulla Pianura Padana, in cui nelle giornate più limpide si riesce a scorgere la Laguna di Venezia. Attraverso vie ricche di storia e poco frequentate, si chiude questo percorso ad anello con la vista di uno splendido albero monumentale che porta l'immaginazione a viaggiare verso tempi passati di cui lui è l'ultimo testimone vivente. Assegniamo una difficoltà 2 su una scala da 1 (facilissimo) a 5 (impegnativo). Il percorso non presenta particolari difficoltà tecniche, è adatto a tutti e si sviluppa tra strade sterrate, sentieri di montagna. Il dislivello in salita è inferiore ai 400 m, non sono presenti tratti esposti. Prenotazione obbligatoria. Info ed iscrizioni al num. 347.1836825 o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Venerdì 26 - Ore 20.30/23.00 - Ritrovo al PalaCiclaminò - **ESCURSIONE GUIDATA** con Asiago Guide: "Polvere di stelle in val di Maso" - Dal centro di Cesuna ci incamminiamo accompagnati dai caldi **colori del tramonto** per la Strada del Vecchio Trenino. **Qui inizierà il nostro viaggio alla scoperta della cultura e delle meraviglie della Natura di montagna.** Al calare del buio, ci immergiamo in un bosco di abeti dai balsamici profumi per sbucare nella Val di Maso, luogo ideale per soffermarsi ad **osservare la luna e le stelle.** La guida vi saprà intrattenere con **curiosità scientifiche e mitologiche** sulla volta celeste, per vivere insieme una Montagna di Emozioni! Assegniamo una difficoltà 2 su una scala da 1 (facilissimo) a 5 (impegnativo). Il percorso non presenta particolari difficoltà tecniche, è adatto a tutti e si sviluppa tra strade sterrate, sentieri di montagna. Il dislivello in salita è inferiore ai 250 m, non sono presenti tratti esposti. Prenotazione obbligatoria. Info ed iscrizioni al num. 347.1836825 o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Domenica 28 - Ore 10.00/12.30 e Ore 16.30/18.00 - Ritrovo al PalaCiclaminò - **PASSEGGIATA GUIDATA IN COMPAGNIA DEGLI ALPACA DI A&A ALPACA** con Asiago Guide - Una facile passeggiata in compagnia dei nostri amici alpaca partendo dal centro di Cesuna per conoscere di più di questi animali e per godere della loro simpatia portandoli di tanto in tanto con la cavezza. In collaborazione con le fattorie didattiche A&A-Alpaca e Malgasiago, percorreremo le vie del paese entrando poi nel cuore dei boschi e dei pascoli dell'altopiano così da conoscere intimamente la montagna ed i suoi prodotti grazie ai nostri amici pelosoni. Assegniamo una difficoltà 1 su una scala da 1 (facilissimo) a 5 (impegnativo). Il percorso è ad anello e non presenta particolari difficoltà tecniche. Si sviluppa partendo dall'abitato di Cesuna su qualche breve tratto di strada asfaltata, sentieri di montagna e strade sterrate. Il dislivello in salita è inferiore ai 200 m, non sono presenti tratti esposti. Prenotazione obbligatoria. Info ed iscrizioni al num. 347.1836825 o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Martedì 30 - Ore 10.00/11.00 - NATURE YOGA: pratica di yoga al Parco delle Leggende con Giulia Rigoni, insegnante certificata RYT 500 ORE. La pratica è adatta a tutti e prevede asana (posizioni yoga) respiro consapevole ed esperienze sensoriali. Il modo migliore per connettersi con la Natura !!! La lezione è adatta a tutti. Portare tappetino o coperta. In caso di maltempo si svolgerà al Palaciclaminò. Prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.

SETTEMBRE



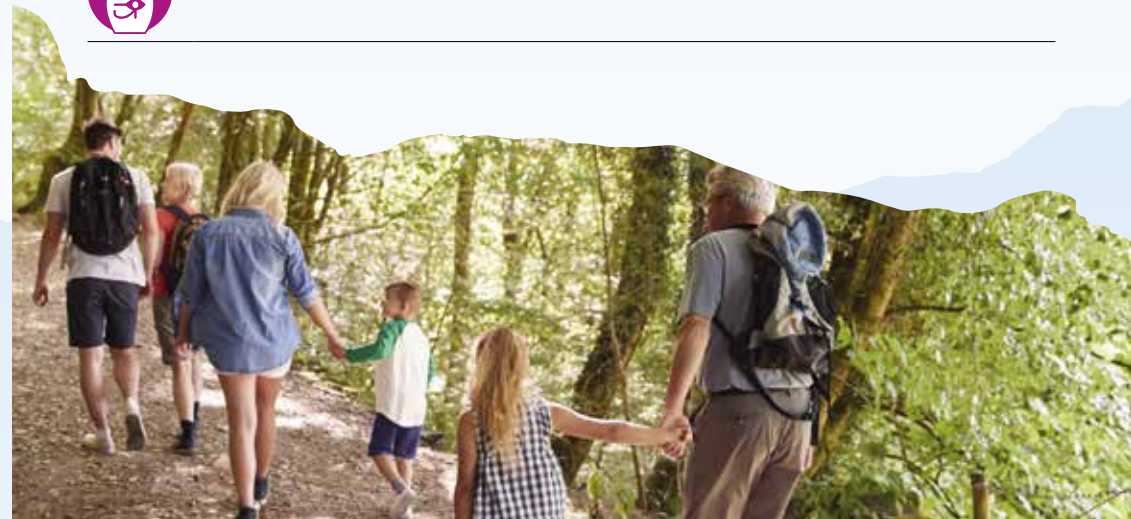
Giovedì 1 - Ore 9.30/12.30 - Ritrovo al PalaCiclaminò - **ESCURSIONE GUIDATA** con Asiago Guide: "A caccia di alberi monumentali" - Quanto può vivere una pianta? Come mai è così raro trovare un albero veramente vecchio? Andiamo alla scoperta dei rari esemplari monumentali rimasti in Altopiano, per riposarci e fantasticare sotto la loro grande chioma. Rivivremo insieme la loro lunga vita, raccontando vicende e leggende che questi testimoni dello scorrere del tempo, hanno vissuto attraverso i secoli. Albero L'esplosione lentissima di un seme. Bruno Munari. Assegniamo una difficoltà 2 su una scala da 1 (facilissimo) a 5 (impegnativo). Il percorso non presenta particolari difficoltà tecniche, è adatto a tutti e si sviluppa tra strade sterrate, sentieri di montagna. Il dislivello in salita è inferiore ai 200 m, non sono presenti tratti esposti. Prenotazione obbligatoria. Info ed iscrizioni al num. 347.1836825 o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Giovedì 8 - Ore 9.30/12.30 - Ritrovo al PalaCiclaminò - **ESCURSIONE GUIDATA** con Asiago Guide: "Il fronte di Vaia" - Conoscere un territorio e le sue vicende, aiuta molto nel leggere il paesaggio, capire da dove origina e intuire come evolverà... Passo dopo passo, seguendo il sentiero ricavato tra i percorsi storici e forestali del Monte Lemerle, parleremo di Vaia, del suo impatto sull'ambiente e sugli abitanti. La distruzione prima e la ricostruzione poi... esattamente come fu con la Grande Guerra. Assegniamo una difficoltà 2 su una scala da 1 (facilissimo) a 5 (impegnativo). Il percorso non presenta particolari difficoltà tecniche, è adatto a tutti e si sviluppa tra strade sterrate, sentieri di montagna. Il dislivello in salita è inferiore ai 250 m, non sono presenti tratti esposti. Prenotazione obbligatoria. Info ed iscrizioni al num. 347.1836825 o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



Domenica 11 - Tutto il giorno - Centro paese - Mercatino dell'antiquariato "AltenMarkt".





Per info: ☎ 0424 67064 ✉ info@cesuna.it

📌 ProLocoCesuna

L'ufficio è aperto tutti i giorni di luglio e agosto
con i seguenti orari:
mattina 10:00 - 12:00 pomeriggio 16:00 - 18:00

