



Comune di Roana



# CESUNA 2023



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

Per info: ☎ 0424 67064 ✉ [info@cesuna.it](mailto: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

★★★★  
SPETTACOLI  
TEATRALI  
NOVITÀ 2023





# CENTRO ESTIVO PARROCCHIALE ASILO CESUNA

**Dal 10 Luglio  
al 18 Agosto 2023**

**Per bambini dai 2 ai 6 anni**  
(che non abbiano già frequentato la 1° elementare)

**anche con FREQUENZA SETTIMANALE !!!**

Per info contattare:  
Asilo Parrocchiale di Cesuna  
al: 389 1521661  
La Parrocchia al: 0424 692469



## Programma CESUNA ESTATE 2023

### LUGLIO



**Sabato 1 - Ore 10.00/12.30 e Ore 16.30/18.00 - 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.



**Lunedì 3 - Ore 09.30/10.30 - 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. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



**Domenica 9 - Ore 17.00/19.00 - IL BATTITO DEL TAMBURO DEL CUORE.** Presso il Parco delle Leggende pratica di yoga e meditazione nella natura accompagnate dalla forza del tamburo sciamanico e dall'energia delle pietre, con Giulia Rigoni e Tracy Lyen Rosa. Prenotazione obbligatoria entro Sabato 8. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



**Domenica 9 - Tutto il giorno - Centro paese - Mercatino dell'antiquariato "AltenMarkt".**



**Domenica 9 - Ore 15.00/18.00 - Ritrovo al PalaCiclaminio - ESCURSIONE GUIDATA** con Asiago Guide: "Alla scoperta delle leggende cimbre al baito Boscon" - Ci incontriamo 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 fucaghi caprioli, e lo scricchiolio dei rospi. **Storie di piante, animali e magiche creature della cultura Cimbra** allietano il pomeriggio 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.

# LUGLIO



**Lunedì 10** - Ore 09.30/10.30 - **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. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



**Martedì 11** - 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 11** - 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.



**Lunedì 17** - Ore 09.30/10.30 - **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. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



**Martedì 18** - 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 18** - 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.



**Sabato 22** - Tutto il giorno - **Hoga Zait**. Centro paese. Mostra mercato dei cuchi.



**Sabato 22** - Ore 10.00/12.00 - **Hoga Zait**. Ritrovo in PalaCiclamino - **ESCURSIONE GUIDATA** con Asiago Guide. Prenotazione obbligatoria. Info ed iscrizioni al num. 347.1836825 o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



**Sabato 22** - ore 14.30/17.30 - **Hoga Zait**. Centro paese. Laboratori con i suoni a cura di Consuelo Morello. Info ed iscrizioni presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



**Sabato 22** - Ore 20.45 - **Hoga Zait**. Fiaccolata dal piazzale dell'Alpino fino al Parco delle Leggende con spettacolo delle Zelighen Baiblen.



**Lunedì 24** - Ore 09.30/10.30 - **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. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



**Martedì 25** - 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 25** - 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 27** - Ore 21.00 - Presso il Presso il Cinema Teatro Palladio - **CONCERTO DELLA BANDA MONTE LEMERLE**



**Venerdì 28** - Ore 21.00 - Presso il Presso il Cinema Teatro Palladio - **CONCERTO DEL CORO ASIAGO**



**Sabato 29** - Ore 10.00/13.00 - 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.



**Sabato 29** - Ore 21.00 - Presso il Presso il Cinema Teatro Palladio - **Spettacolo teatrale** *Quel fremito d'amor* con la **Compagnia Teatro dei Pazzi**. L'ultima produzione di commedia dell'arte firmata da Giovanni Giusto, con tutti gli ingredienti che hanno reso celebre lo stile del Teatro dei Pazzi: ritmo incalzante, comicità genuina e un crescendo di scenografici colpi di scena. Ma c'è di più. A sorprendere in questo spettacolo sono soprattutto gli attori, che si mettono in gioco in un esilarante scambio di ruolo, dando vita a una commedia brillante e più che mai coinvolgente. Info e biglietti presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.

# LUGLIO

# LUGLIO



**Lunedì 31 - Ore 09.30/10.30 - 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. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.

## AGOSTO



**Martedì 1 - 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 1 - 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 3 - Ore 18.00/19.00 -** Pratica di **Pilates/Garuda** al Parco delle Leggende con Caterina Pezzoli, insegnante certificata. Metodo nuovo e innovativo, **Garuda** racchiude i principi del Pilates, la respirazione e le asana dello Yoga e l'atletismo della danza. Olistico, organico, dinamico, è movimento intelligente. *Dove finisce il Pilates inizia Garuda.* La lezione è adatta a tutti. Portare tappetino o coperta. In caso di maltempo si svolgerà al PalaCiclamino. Prenotazione obbligatoria. Info, prenotazione e costi al num. 328.8076990 (Caterina) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



**Giovedì 3 - Ore 21.00 -** Presso il Cinema Teatro Palladio - **CONCERTO DELLA BANDA MUSICALE DI CHIUPPANO**



**Sabato 5 - Ore 10.00/12.30 e Ore 16.30/18.00 - 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.



**Domenica 6 - Ore 09.00/12.00 - YOGA e Leggende.** Pratica di yoga nel bosco circondati dal canto degli uccelli e dal profumo del muschio con facile escursione tra i boschi di Cesuna per narrare storie di streghe e scoprire la verità dietro queste figure misteriose nei luoghi dove le leggende narrano siano veramente vissute, con Giulia Rigoni ed Enrico Caciolo. Prenotazione obbligatoria entro Sabato 5. Ritrovo presso Casa Zeleghe ore 08.45. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



**Lunedì 7 - Ore 09.30/10.30 - 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. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



**Martedì 8 - 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 8 - 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.



**Mercoledì 9 - Ore 21.00 -** Presso il Cinema Teatro Palladio - **CONCERTO DELLA BANDA MONTE LEMERLE**



**Giovedì 10 - Ore 18.00/19.00 -** Pratica di **Pilates/Garuda** al Parco delle Leggende con Caterina Pezzoli, insegnante certificata. Metodo nuovo e innovativo, **Garuda** racchiude i principi del Pilates, la respirazione e le asana dello Yoga e l'atletismo della danza. Olistico, organico, dinamico, è movimento intelligente. *Dove finisce il Pilates inizia Garuda.* La lezione è adatta a tutti. Portare tappetino o coperta. In caso di maltempo si svolgerà al PalaCiclamino. Prenotazione obbligatoria. Info, prenotazione e costi al num. 328.8076990 (Caterina) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



**Venerdì 11 - Ore 10.00/13.00 -** 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.



**Sabato 12 - Ore 10.00/12.00 - 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 Giovedì 11. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.

# LUGLIO

# LUGLIO



**Sabato 12 - Tutto il giorno** - PalaCiclamino - "Cesuna in Festa". Festa paesana con musica, ricco stand gastronomico e tanto divertimento. (vedi manifesto dedicato).



**Domenica 13 - Tutto il giorno** - Centro paese - Mercatino dell'antiquariato "Alten-Markt".



**Domenica 13 - Tutto il giorno** - PalaCiclamino - "Cesuna in Festa". Festa paesana con musica, ricco stand gastronomico e tanto divertimento. (vedi manifesto dedicato).



**Lunedì 14 - Tutto il giorno** - PalaCiclamino - "Cesuna in Festa". Festa paesana con musica, ricco stand gastronomico e tanto divertimento. (vedi manifesto dedicato).



**Martedì 15 - Tutto il giorno** - PalaCiclamino - "Cesuna in Festa". Festa paesana con musica, ricco stand gastronomico e tanto divertimento. (vedi manifesto dedicato).



**Mercoledì 16 - Ore 15.30** - Treschè Cesuna - Santa Messa presso la Chiesetta San Rocco. A seguire il concerto della Banda Musicale Monte Lèmerle - Durante il pomeriggio funzionerà un ricco Punto Ristoro con panini e bibite. Come da consuetudine la giornata sarà rallegrata da bellissimi giochi per bambini e musica da vivo.



**Giovedì 17 - Ore 18.00/19.00** - Pratica di **Pilates/Garuda** al Parco delle Leggende con Caterina Pezzoli, insegnante certificata. Metodo nuovo e innovativo, **Garuda** racchiude i principi del Pilates, la respirazione e le asana dello Yoga e l'atletismo della danza. Olistico, organico, dinamico, è movimento intelligente. *Dove finisce il Pilates inizia Garuda*. La lezione è adatta a tutti. Portare tappetino o coperta. In caso di maltempo si svolgerà al PalaCiclamino. Prenotazione obbligatoria. Info, prenotazione e costi al num. 328.8076990 (Caterina) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



**Venerdì 18 - Ore 10.00/13.00** - Ritrovo al PalaCiclamino - **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.



**Sabato 19 - Ore 21.00** - Presso il Cinema Teatro Palladio - **Spettacolo teatrale Affetti e Difetti** con la **Compagnia Teatro delle Arance**. Un insieme di racconti, per scoprire con ironia semplicità e schiettezza come eravamo. Storie di paese, raccontate con spirito di osservazione da alcuni autori del nostro territorio. Storie che fanno sorridere e riflettere. Info e biglietti presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



**Domenica 20 - Ore 15.00/18.00** - Ritrovo al PalaCiclamino - **ESCURSIONE GUIDATA** con Asiago Guide: "Alla scoperta delle leggende cimbre al baito Boscon" - Ci incontriamo 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. **Storie di piante, animali e magiche creature della cultura Cimbra** allietano il pomeriggio 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.



**Lunedì 21 - Ore 09.30/10.30 - 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. Info, prenotazione e costi al num. 333.9235908 (Giulia) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



**Martedì 22 - Ore 21.00/23.00** - Presso il PalaCiclamino - **BALLANDO SOTTO LE STELLE** - La serata musicale in compagnia di Graziano: balli liscio, latino americani e balli di gruppo.



**Giovedì 24 - Ore 18.00/19.00** - Pratica di **Pilates/Garuda** al Parco delle Leggende con Caterina Pezzoli, insegnante certificata. Metodo nuovo e innovativo, **Garuda** racchiude i principi del Pilates, la respirazione e le asana dello Yoga e l'atletismo della danza. Olistico, organico, dinamico, è movimento intelligente. *Dove finisce il Pilates inizia Garuda*. La lezione è adatta a tutti. Portare tappetino o coperta. In caso di maltempo si svolgerà al PalaCiclamino. Prenotazione obbligatoria. Info, prenotazione e costi al num. 328.8076990 (Caterina) o presso l'ufficio della ProLoco Cesuna.



**Sabato 26 - Ore 10.00/13.00** - 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.



**Lunedì 28 - Ore 09.30/10.30 - 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 29 - Ore 21.00/23.00** - Presso il PalaCiclamino - **BALLANDO SOTTO LE STELLE** - La serata musicale in compagnia di Graziano: balli liscio, latino americani e balli di gruppo.

# AGOSTO

# AGOSTO

## SETTEMBRE



**Venerdì 1 - Ore 10.00/13.00** - 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. 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.



**Sabato 9 - Ore 10.00/13.00** - 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.



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

Parrocchia B. V. Immacolata  
di Cesuna



**PRONTI A PARTIRE  
CON NOI ?**

ATTIVITA' ESTIVE  
**ATTIVITA' ESTIVE**

**CESUNA 2023**

PER BAMBINI E RAGAZZI

DAI 7 ANNI (1a Classe Sc Pr. fatta)  
AI 14 ANNI (3a Classe SS I° gr. fatta)

(SONO BENVENUTI I RAGAZZI  
DELLE SC SEC II° gr  
IN QUALITÀ DI AIUTO-ANIMATORI)

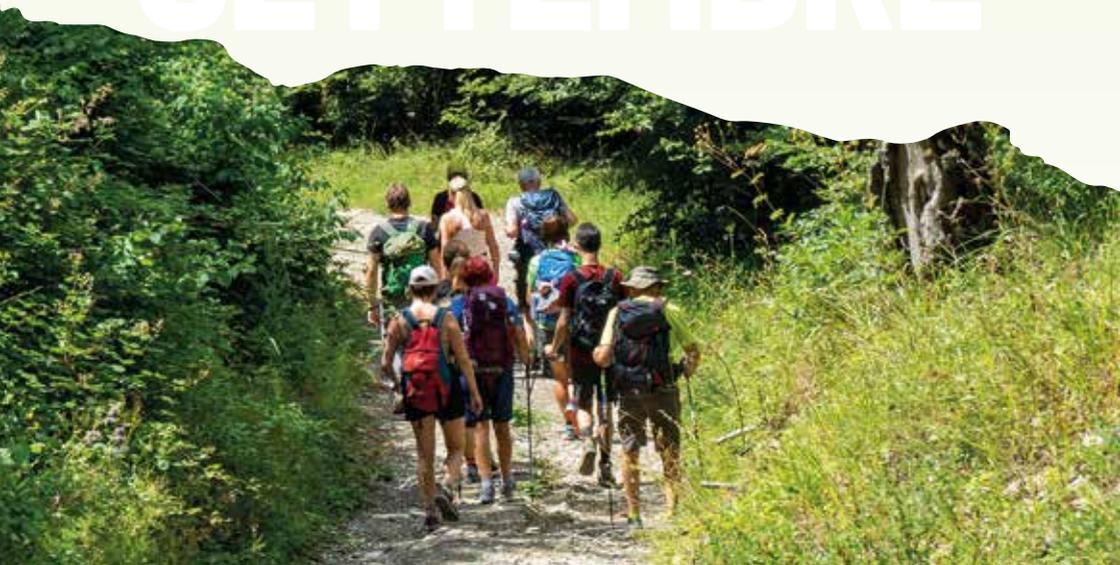
**DAL 17 LUGLIO AL 14 AGOSTO 2023**

MATT: DALLE 09:00 ALLE 12:00  
POM: DALLE 15:00 ALLE 17:00

**DAL LUNEDI' AL VENERDI'**

ISCRIZIONI DAL 17/07 OGNI LUNEDI' MATTINA  
PRESSO LA CANONICA DI CESUNA

INFO: Parrocchia: 0424892489 Antonio: 3470356051 Loredana: 3477930459





Per info: ☎ 0424 67064 ✉ [info@cesuna.it](mailto: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

