



Lerka Minerka - La Cinta Onlus - Centro Culturale Crossroads - Rete Arcobaleno -
- Terre di Casalbore organizzano la terza edizione dell'escursione

IL GIRO DELLE MORE

... IN CAMMINO CON LE ASINE TRA LE MORE

CASTELFRANCO IN MISCANO (BN) - CASALBORE (AV) -

LAGO MIGNATTA DI SAN GIORGIO LA MOLARA (BN) 9-10-11 SETTEMBRE 2011

PROGRAMMA:

• **Venerdì 9 settembre – ore 19.00**

Ritrovo e cena presso l'agriturismo *Caseria* di Castelfranco in Miscano e pernottamento in tenda o in agriturismo

• **Sabato 10 settembre – ore 9.00**

Trekking someggiato dalla località *Le Bolle della Malvizza* e passeggiata per Casalbore. Pranzo presso l'azienda agricola *Macchia del Rovò*. Nel pomeriggio visita della necropoli sannita e arrivo alla masseria *Sant'Elia* di Casalbore. Cena all'aperto e pernottamento in tenda o alla masseria.

• **Domenica 11 settembre – ore 9.00**

Trekking someggiato dalla masseria *Sant'Elia* al Lago Mignatta di San Giorgio la Molara. Conclusione della manifestazione e pranzo.

Quota di partecipazione da concordare in base ai partecipanti

Note:

Il trasporto dei bagagli sarà effettuato con un furgone. Si camminerà solo con uno zaino leggero. Si può partecipare anche a singole giornate contattando preventivamente gli organizzatori. A Castelfranco in Miscano e alla località Le Bolle della Malvizza si arriverà con mezzi propri. Il ritorno da San Giorgio la Molara sarà effettuato con mezzi propri.

Per informazioni contattare:

Associazione Escursionistica
Naturalistica Lerka Minerka
www.lerkaminerka.com
Roberto Pellino 347-8896433

La Cinta onlus
www.lacintaonlus.it
Tullio Zullo 330-812870

Centro Culturale Crossroads
www.molinaracrossroads.it
Cosimo Gentilcore 320-7273457

Degustazione di yogurt

Azienda agricola *Callisto Donato*
c/da *Conserve n°15 - Molinara (BN)*

Degustazioni con olio

Azienda Agricola *Biologica Gentilcore Claudia*
Via *Petrare n°4 - Molinara (BN)*

Degustazioni con more

Centro Culturale Crossroads

Degustazione di prodotti locali

Azienda Agricola *Macchia del Rovò*
C/da *S. Michele – Casalbore (AV)*

Viaggiare con lentezza

La lentezza nella nostra vita non è un fine, è solo un mezzo che serve ad orientarci in questo mondo sempre più veloce e frenetico. Rallentare vuol dire cercare il giusto ritmo, un equilibrio tra il correre, quando dobbiamo, e il fermarsi, quando possiamo.

“Io non viaggio per andare in un luogo preciso... viaggio unicamente per viaggiare. L'essenziale è muoversi, provare più da vicino i bisogni e le difficoltà della vita...”

Così scriveva Robert Luis Stevenson, quando, il 22 settembre 1878, intraprese un viaggio con l'asino nelle Cévennes: senz'altro il precursore di quelle passeggiate con l'asino che si sono diffuse dagli anni novanta del secolo scorso.

Nell'era della modernità, l'uomo, avendo delegato alle macchine il compito di produrre velocità, deve riconquistare il piacere della lentezza e le attività di quei perdigiorno di un tempo, eroi delle canzoni popolari: l'ozio, sì, proprio l'ozio che, comunemente, disdegnamo definendolo inattività, frustrazione, noia.

Con questo spirito, bisogna avvicinarsi a questo “viaggio lento”, senz'altro, aiutati, oltre che dagli asini, da questi territori del Fortore, ben dotati di lentezza.

Buon viaggio.

Tullio

Andare in montagna non è come andare a fare shopping.

Un'abbigliamento inadeguato e un piede, messo male su una pietra, possono determinare problemi per tutti.

Non sono i chilometri o i dislivelli i veri problemi: il problema principale è “come si affrontano le cose”.

Non sempre una tipologia di difficoltà può essere universalmente applicata.

Dipende dal singolo, dalla sua esperienza, dalla sua forza, dal suo spirito di adattamento...

lo spirito di autoconservazione.

Pinuccio “Tankasi”