



USCITE

25 - 26 MAGGIO
 Due giorni sulla
 Via degli Dei

22 - 23 GIUGNO
 Giro del Sasso Piatto
 Rifugio Molignon

21 - 22 Settembre
 Giro del Lago di Braies
 Rifugio Biella

GARE ASSOCIATIVE

- Corse campestri provinciali,
 17 febbraio 2019, Boara, Ro
 16 marzo 2019 Abano Terme
- 14 aprile 2019, Traversata
 dei Colli, 42 o 21km
- 28 aprile 2019 Maratona di
 Padova 42 o 21 km
- 10 novembre 2019, Trail di
 San Martino, Carbonara

TUTTI I VENERDI' dalle ore
 18.00 alle 20.30 campo atle-
 tica Torreglia preparazione
 tecnica, circuit training
**ALLENAMENTO VALIDO PER
 TUTTI I SOCI**

Stage Personalizzati

Natural Running e Trail running

**Lezioni Tecniche
 di corsa e allenamenti**



SENTIERO DELLA PACE
 I Forti della grande guerra
 Altopiano di Asiago
 Lavarone
 dal 31/05 al 02/06



**CAMMINO
 DI SANT' ANTONIO**
 da Dovadola Montepaolo
 a LaVerna
 dal 29/06 al 07/07



**PARCO NATURALE
 ADAMELLO BRENTA**
 Trekking & Trail
**TRANSDOLOMITI
 PARCO ADAMELLO
 BRENTA**
 partenza dal Lago di Molveno
 dal 03/08 al 10/08

Bike

- 7 aprile - Spaccapria, Galzignano
- 1 giugno - Ortler, Glorenza
- 9 giugno - Athesina, Este
- 13 luglio - DOLOMITI SUPERBIKE
- Ultima domenica di luglio in autogestione:
 Torreglia - Cima Monte Grappa 1775mt



Ciaspolate

- 23 Febbraio - Monte Vezzena
- 10 Marzo - Lagorai
- 23 Marzo - Forni di Zoldo
- 30 - 31 Marzo, 2 giorni da
 Cortina d'Ampezzo, posto
 tappa Rifugio Croda da Lago

A **SETTEMBRE** in collaborazione con il Parco Regionale dei Colli Euganei,
 partirà il **Corso di Escursionismo**, con lezioni teorico - pratiche. Date e luoghi da definirsi.