

# val meduna

The background features a stylized landscape with blue mountains and white clouds. The mountains are rendered in various shades of blue, and the clouds are simple white shapes with soft shadows. The overall aesthetic is clean and modern.

**eventi 2022**

calendario eventi da  
maggio a ottobre

# val meduna

In un mondo in continuo cambiamento, le piccole destinazioni immerse nella natura, lontane dalla folla, diventano oasi di **relax**, **benessere** e **pace**, nelle quali trascorrere i propri momenti di vacanza e di svago.

La **Val Meduna** è una di quelle oasi incontaminate che, anche quest'anno, si prepara ad accogliervi con un ricco programma di eventi, iniziative ed attività esperienziali.

Val Meduna è quel gioiello naturalistico compreso nei territori dei **Comuni di Tramonti di Sopra, Tramonti di Sotto** e **Meduno**.

Se l'unione dei due Tramonti forma la **Val Tramontina**, destinazione oramai gettonata e conosciuta oltre i confini locali, nel 2022, il progetto di promozione territoriale e turistica giunge fino a **Meduno**, meta di rilievo internazionale per gli amanti delle discipline sportive, in particolare quelle del volo libero.

Ecco quindi che il ricco **calendario** che scoprirete in queste pagine, coprirà l'intero territorio che prende il nome dal magico fiume che solca queste valli incontaminate.



**Meduna** deriva dal latino *medium donum*, ovvero: in mezzo alle montagne.

Un gioiello prezioso, nascosto fra le montagne che si protraggono fino alle Dolomiti Friulane Patrimonio dell'Umanità, terra di acque smeraldine, sapori autentici e saperi non dimenticati: la **Val Meduna**.

La meta dei vostri sogni più incontaminati.

Progetto realizzato da:

**Comune di Tramonti di Sopra, Comune di Tramonti di Sotto, Comune di Meduno, ConCentro** con il patrocinio della **Camera di Commercio di Pn-Ud** e in collaborazione con **Ri.natura**.



CAMERA DI COMMERCIO  
PORDENONE-UDINE



Comune di  
Tramonti di Sopra



Comune di  
Tramonti di Sotto



Comune  
di Meduno

valtramontina  
scopri • vivi • ama

ri.natura

## LE VECCHIE FRAZIONI DIMENTICATE

• sabato 21 maggio

*Passeggiata #PASSIparole2022.* Da Inglna si percorrerà un vecchio sentiero che attraversa il bosco passando per le antiche frazioni abbandonate, fino a raggiungere la borgata abbandonata di Staligial: da qui si apre il panorama verso il lago di Selva e le Dolomiti Friulane. Lungo tutto il percorso saranno illustrate le peculiarità botaniche del luogo.

**Ritrovo presso:** Chievolis, Parcheggio della chiesa, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** 8:30

**Note:** info e prenotazioni su [www.ecomuseolisaganis.it](http://www.ecomuseolisaganis.it).

## VAL MEDUNA 2022

INAUGURAZIONE PROGETTO E PRESENTAZIONE DEL TROFEO VALMEDUNA

• sabato 28 maggio

L'avviarsi di un sogno per il territorio della Val Meduna, il gioiello ambientale incluso nei territori dei Comuni di Tramonti di Sopra, Tramonti di Sotto in Val Tramontina e Meduno.

In quest'occasione prende ufficialmente avvio la joint venture fra i tre Comuni della Val Meduna nell'ambito della promozione territoriale e turistica, grazie alla realizzazione di un ricco programma di eventi e attività di valorizzazione della natura, delle tipicità e delle realtà locali.

Presentazione del Trofeo ValMeduna, Campionato italiano master di corsa in montagna e inaugurazione ufficiale del progetto di valorizzazione del territorio della Val Meduna, realizzato da Comune di Meduno, Comune di Tramonti di Sotto, Comune di Tramonti di Sopra e ConCentro, Azienda Speciale della Camera di Commercio di Pn-Ud, con il patrocinio della Camera di Commercio di Pn-Ud. *Nel corso dell'evento, performance live del pluripremiato Maestro fisarmonicista Maurizio De Luca, in collaborazione con la Cooperativa sociale ONLUS Polinote.*

**Presso:** Palazzo Colossis, Meduno (Pn)

**Ore:** dalle 17:00

**Note:** su prenotazione a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).



## Festa delle Erbe e del Benessere

Ritorna l'iniziativa organizzata dal Comune di Tramonti di Sopra dedicata alle **erbe spontanee di montagna e al benessere in tutte le sue forme**. Un momento perfetto per staccare la spina dagli affanni quotidiani e lasciarsi viziare dall'essenza della natura.

Escursioni, laboratori, presentazioni letterarie, mercatini di prodotti naturali e biologici, piante ed erbe officinali e di artigianato creativo e tantissimo altro vi attendono in questa 8° edizione della Festa delle Erbe e del Benessere in programma per **Domenica 29 maggio** lungo le vie del paese a Tramonti di Sopra.

**Scopri il programma completo su**  
[www.valtramontina.it](http://www.valtramontina.it)



Il Paese di Tramonti di Sopra  
Val Tramontina (Pn)

## UN'ESCURSIONE DA CAMPIONI!

### • giovedì 2 giugno

*Passaggiata #PASSIparole2022.* In occasione del Campionato Italiano Master di Corsa in Montagna - Trofeo ValMeduna, i ragazzi della Polisportiva ValMeduna ci accompagneranno alla scoperta del percorso di gara, che vedrà sfidarsi il 12 giugno le più importanti squadre di atletica nazionali. Palazzi storici, boschi incantevoli e piccoli borghi faranno da cornice al percorso.

**Ritrovo presso:** Palazzo Colossis, Meduno (Pn)

**Ore:** 10:00

**Note:** info e iscrizioni su [www.ecomuseolisaganis.it](http://www.ecomuseolisaganis.it).

## TRAVERSATA CARNICA, 177 KM DI EMOZIONI

### • sabato 4 giugno

Serata a cura del Gruppo Cai sottosezione ValMeduna e di Leonardo Soresi - Ultrarunner. Leonardo ci racconterà la sua avventura sulla 177K - Carnica Ultra Trail che percorre i sentieri della Traversata Carnica con partenza da San Candido in Via Peter Paul Reiner 16 ed arrivo a Tarvisio presso la Vecchia Stazione sulla pista ciclabile Alpe Adria.

**Presso:** Palazzo Colossis, Meduno (Pn)

**Ore:** 20:30

**Note:** per maggiori informazioni visita il sito [www.trofeovalmeduna.com](http://www.trofeovalmeduna.com).

## FESTA DELLA TERRA

### • sabato 4 giugno

Festa a tema organizzata dall'Agriturismo Borgo Titol e dedicata alla Natura e all'elemento terra. Sperimentaremo l'elemento terra da un punto di vista nuovo, attraverso i sensi e le rilassanti vibrazioni della campana tibetana con la camminata esperienzile e meditativa guidata da Alberto Cancian di Ri.natura.

A seguire cena a tema con menù degustazione composto dai prodotti della terra di produzione propria dell'Agriturismo.

**Presso:** Agriturismo Borgo Titol, Località Titol, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** 18:00

**Note:** info e prenotazioni Agriturismo Borgo Titol tel. 335 822 2876.

## TROFEO VALMEDUNA

### • da venerdì 10 a domenica 12 giugno

Nell'ambito del "Trofeo Valmeduna" Meduno ospita il trittico di gare che domenica 12 giugno mette in palio il titolo italiano master di corsa in montagna.

Venerdì, alle 18.30, la prima gara con il "Trofeo Valmeduna kids" di corsa in montagna giovanile riservata alle categorie Esordienti, Ragazzi e Cadetti. Sul Monte Valinis sarà invece posto l'arrivo del "Trofeo Valmeduna Vertical" in programma sabato 11 giugno dalle 15, gara di corsa in montagna di sola salita. Alle 18.30 premiazioni, alle 19 aperitivo con "Quella mezza sporca dozzina".

**Presso:** Meduno (Pn)

**Note:** maggiori informazioni su [www.trofeovalmeduna.it](http://www.trofeovalmeduna.it).

## LA VECCHIA FORNACE E L'ACQUA MIRACOLOSA

### • sabato 11 giugno

*Passaggiata #PASSIparole2022.* Dal Centro Visite si attraverserà il paese fino in località Pradiel, dove inizierà il percorso all'interno del bosco, fino alla vecchia fornace e all'Aga dai Malaz. Si continuerà lungo il sentiero fino ad ammirare il colore delle Pozze Smeraldine.

**Ritrovo presso:** Ufficio IAT Val Tramontina, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** 8:30

**Note:** per partecipare alle passeggiate di PASSIparole è OBBLIGATORIO compilare il MODULO DI ISCRIZIONE sul sito [www.ecomuseolisaganis.it](http://www.ecomuseolisaganis.it) sezione PASSIparole, entro le 48 ore precedenti la passeggiata.

## DOG TREKKING ALLE POZZE SMERALDINE

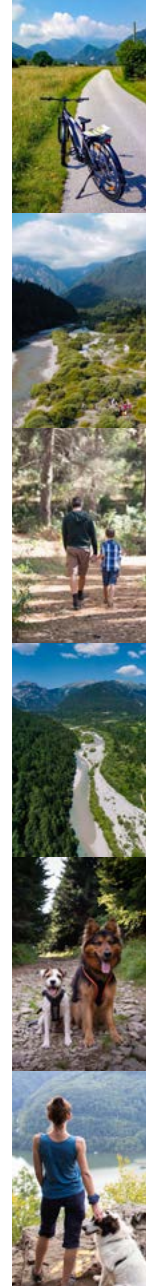
### • domenica 12 giugno

*Attività esperienzile #Rinatura2022.* Attraverso un'escursione educativa di gruppo accompagnata da degli educatori cinofili andremo a scoprire uno dei luoghi di montagna più belli della nostra regione mettendo in pratica dei consigli utili per affrontare in sicurezza le passeggiate in montagna con il proprio cane!

**Ritrovo presso:** Area Picnic Pozze Smeraldine, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** 9:00

**Note:** info e prenotazioni a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).



## A CACCIA DI ORCHIDEE E ALTRE RARITÀ

• sabato 18 giugno

*Passeggiata #PASSIparole2022. Esploreremo l'altipiano del monte Valinis in compagnia di esperti naturalisti, per imparare a riconoscere la flora delle nostre praterie montane. In collaborazione con: Circolo Culturale Tiziana Marsiglio APS.*

**Ritrovo presso:** Parcheggio della stazione dei Carabinieri, Meduno (Pn)

**Ore:** 8:30

**Difficoltà:** media, dislivello di 150 m ( km), durata media 4 ore

**Note:** Contatto durante l'escursione: Alessandro Boz 338 9017040. Per partecipare alle passeggiate di PASSIparole è OBBLIGATORIO compilare il MODULO DI ISCRIZIONE sul sito [www.ecomuseolisaganis.it](http://www.ecomuseolisaganis.it) sezione PASSIparole, entro le 48 ore precedenti la passeggiata.

## CORPUS DOMINI NAVARONS

• domenica 19 giugno

Nel piccolo borgo di Navarons, frazione del Comune di Meduno, in occasione del Corpus Domini, viene mantenuta l'antica tradizione di decorare le strade e le case del paese con fiori e ghirlande chiamate "Giois".

**Presso:** Piazza San Pellegrino, Navarons, Meduno (Pn)

**Ore:** dalle 9:00

## "TRINACRIA, SOUND OF SICILY" FOLKEST 2022

• domenica 19 giugno

In occasione della 44<sup>a</sup> edizione di Folkest, Massimo Laguardia, Salvatore Meccio e Vittorio Catalano presentano "TRINACRIA, Sound of Sicily". Uno spettacolo energico, coinvolgente e pieno d'umore. Trinacria è l'antico nome della Sicilia dato dai Greci in virtù della sua forma triangolare: 3 promontori, 3 punte... 3 amici, 3 musicisti, 3 generi di strumenti tradizionali del Sud Italia. *In collaborazione con Associazione Folkgiornale.*

**Presso:** Area Picnic Pozze Smeraldine, Via Pradis, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** 17:00

**Note:** ingresso libero.







# BicInsieme

Ritornano le occasioni uniche di esplorare i luoghi più belli e suggestivi del territorio **in e-bike** accompagnati dallo staff della Cooperativa di Comunità Insieme.

Le escursioni prevedono ogni volta tappe differenti. Hanno inizio alle ore 9.00 dai punti concordati di volta in volta, per poi concludersi alle 13.00 con un pranzo a tema.

### Gli appuntamenti:

-  Domenica 19 Giugno
-  Domenica 17 Luglio
-  Domenica 10 Settembre
-  Domenica 16 Ottobre

**Le attività in programma sono su prenotazione** e richiedono una quota di partecipazione di 45€ inclusa e-bike. I partecipanti riceveranno un omaggio a cura di SPORT 4 TEAM di Meduno.

**Per info e iscrizioni**  
**tel. +39 379 1599541**  
**[info@coopcomunitainsieme.it](mailto:info@coopcomunitainsieme.it)**

## MUSICA & FOREST BATHING IN NATURA

### • domenica 19 giugno

*Polinote Music Festival.* Momento musicale con l'arpista Diane Peters. Il concerto sarà preceduto da una camminata esperienziale nel bosco condotta da Alberto Cancian, operatore di Forest Bathing. *Evento realizzato da Polinote in collaborazione con Ri.Natura.*

**Presso:** Corte interna di Via A. Manzoni 7, Tramonti di Sotto (Pn)

**Ore:** dalle 15:30

**Note:** info e prenotazioni a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

## FIABE NEL BOSCO, I SUONI DEL FIUME

### • giovedì 23 giugno

*#ValMeduna2022.* Camminata itinerante nel bosco e laboratorio teatrale per bambini.

**Ritrovo presso:** Area Pic Nic Tramonti di Sopra, Via Pradis, T. di Sopra (Pn)

**Ore:** 16:30

**Note:** partecipazione gratuita su prenotazione a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

## GEO TOUR: TRA FOSSILI E GEOLOGIA

### • sabato 25 giugno

*Passeggiata #PASSIparole2022.* Visita alla mostra dei fossili seguita dall'escursione fino alle Pozze Smeraldine con osservazioni di fenomeni geologici.

**Ritrovo presso:** Sala Polisportiva di Tramonti di Sopra, Via M. Rest (Pn)

**Ore:** 9:00

**Difficoltà:** facile, dislivello di 150 m (4 km), durata media 4 ore

**Note:** info e prenotazioni su [www.ecomuseolisaganis.it](http://www.ecomuseolisaganis.it).

## IL MAÇ DI SAN GIUAN

### • sabato 25 giugno

*Passeggiata #PASSIparole2022.* Una passeggiata facile attraverso Tramonti di Mezzo e i prati che lo circondano, alla ricerca delle erbe che tradizionalmente si usano per la realizzazione del mazzo di San Giovanni. Ogni partecipante realizzerà il proprio mazzetto propiziatorio accompagnato dalla narrazione di miti e leggende.

La giornata si concluderà intorno a un piccolo fuoco.

**Ritrovo presso:** fronte Chiesa di Tramonti di Mezzo, Tramonti di Sotto (Pn)

**Ore:** 21:00

**Note:** info e prenotazioni su [www.ecomuseolisaganis.it](http://www.ecomuseolisaganis.it).

## ROOTS & CULTURE

### • sabato 25 e domenica 26 giugno

Cibo per tutti i gusti, anche vegetariano e vegano, laboratorio di ceramica e intreccio, mercatino etnico e musica all'Albergo Wellness "Da Febo" di Pan e Yoda. *Feat: Warrior Charge Sound System, Dj Afghan e Gialloman, Sattamassagana & King Rico, Asher Warriors.*

**Presso:** Da Febo, Località Pecol di Selva, Tramonti di Sotto (Pn)

**Ore:** sabato dalle 11:00 alle 00:30 / Domenica dalle 11:00 alle 18:00

**Note:** maggiori informazioni su [www.paneyoda.com](http://www.paneyoda.com).

## ALBA SUL MONTE VALINIS

### • domenica 26 giugno

Imperdibile appuntamento per gli amanti dell'alba. Osservazione dei pianeti e del cielo e a seguire sessione di yoga, mindfulness, breathing. A finire colazione presso il Rifugio Valinis.

**Presso:** Rifugio Valinis, Monte Valinis (Pn)

**Ore:** 4:00

**Difficoltà:** facile, dislivello di 150 m (4 km), durata media 4 ore

**Note:** organizzata dal Circolo Culturale "Tiziana Marsiglio" di Meduno. Maggiori informazioni Rifugio Valinis tel. +39 349 644 3947.

## GIORNATA IN QUOTA SUL MONTE REST

TRANSUMANZA CON IL GREGGE E DEGUSTAZIONE

### • domenica 26 giugno

*#ValMeduna2022.* Passeggiata al Monte Rest con esperienza di pascolamento del gregge e degustazione dei prodotti caseari del Consorzio Valli e Dolomiti Friulane in quota.

**Ritrovo presso:** Centro Visite IAT di Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** 8:30

**Difficoltà:** media, dislivello di 650 m (4 km), durata media 4 ore

**Note:** quota richiesta per la degustazione 15€ adulto e 10€ bambino. Posti limitati, prenotazione obbligatoria a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).





# Ri.natura Camp!

Dal **27 giugno al 2 luglio 2022** i vostri ragazzi, dagli 8 ai 14 anni, potranno vivere un'**esperienza estiva di sei giorni in Val Tramontina** in compagnia di Ri.natura!

Non mancheranno attività di **arrampicata**, ferrate, vita all'aria aperta, **bagni** nelle meravigliose Pozze Smeraldine, pratiche di Forest Bathing e **laboratori** artigianali che li porteranno alla scoperta del territorio della Val Tramontina, eletta meraviglia d'Italia e indicata fra le migliori Wild Swimming Destination.

Organizzato da Nature4kids in collaborazione con Ri.natura.

Per maggiori informazioni:  
[info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com)  
[www.rinatura.it](http://www.rinatura.it)



## YOGA NEL BOSCO GENITORI & FIGLI

• venerdì 1 luglio

#ValMeduna2022. Finalmente un tempo esclusivo senza distrazioni e interruzioni, in cui il bambino sperimenta un'interazione e un contatto fisico con il genitore in una dimensione completamente diversa da quella abituale.

La lezione di Yoga Genitori & Figli è adatta a tutti e si svolge con esercizi/giochi di coppia, di fiducia e contatto, Asana da eseguire in coppia e singolarmente, rilassamento e meditazione.

Ritrovo presso: Area Picnic Bosco delle Agane, Loc. Sottoriva, T. di Sotto (Pn)

Ore: 17:30

Note: partecipazione gratuita, prenotazione obbligatoria a [www.rinatura.it](http://www.rinatura.it) oppure scrivendo a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

## MAGIC MEDUNO PARAGLYDING FLY MEETING

• sabato 2 e domenica 3 luglio

Nella bellissima cornice di Meduno e di Toppo di Travesio si terrà la terza edizione di "Magic Meduno", meeting di parapendio e *testival*. Due giorni di volo in relax e magia con la presenza dei migliori marchi di parapendio e seggiolini da testare.

In concomitanza si terrà la gara in due manches del campionato italiano di Hike and Fly. Vi sarà inoltre la possibilità di voli in tandem per tutti.

*Decollo dal M.te Valinis e atterraggio presso il Chioschetto Valinis a Toppo di Travesio.*

Presso: Monte Valinis, Meduno (Pn)

Note: info e prenotazioni al +39 335 6065109.

## FESTEGGIAMENTI DEI SS. PIETRO E PAOLO

• sabato 2 e domenica 3 luglio

Due giorni di festa a Chievolis, in Comune di Tramonti di Sopra, per i festeggiamenti dei Santi Pietro e Paolo organizzati dalla Società operaia Dodismala.

Presso: sul sagrato della Chiesa di Chievolis, Tramonti di Sopra (Pn)

Ore: dalle 16:00 di sabato e dalle 9:00 di domenica

Note: programma e informazioni al tel. +39 338 4940299.

## FESTA DEL METALLO

• domenica 3 luglio

Feste a tema organizzata dall'Agriturismo Borgo Titol e dedicata alla Natura e all'elemento metallo. Esposizione e laboratori legati al mondo fabbrile e pranzo con menù a tema.

Presso: Agriturismo Borgo Titol, Località Titol, Tramonti di Sopra (Pn)

Ore: dalle 10:00

Note: info e prenotazioni Agriturismo Borgo Titol tel. 335 8222876.

## MARCIA CON GLI ALPINI

• domenica 3 luglio

Il gruppo ANA ValMeduna ci guiderà in un'escursione sul Monte Valinis, fino ad arrivare a Borgo Del Bianco.

Ritrovo presso: Piazza Miani, Sottomonte di Meduno, Meduno (Pn)

Ore: 8:30

Note: info e prenotazioni al +39 366 2082938.

## FIABE NEL BOSCO, IL VOLO DELLA FATA

• mercoledì 6 luglio

#ValMeduna2022. Camminata itinerante nel bosco durante la quale a tappe sarà raccontata una fiaba della tradizione popolare e verranno svolti giochi teatrali di gruppo.

Ritrovo presso: Piazza Repubblica, Faidona, Tramonti di Sotto (Pn)

Ore: 16:30

Note: consigliato per bambini dai 6 agli 11 anni accompagnati da genitori. Partecipazione gratuita su prenotazione a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

## CASARO PER UN GIORNO

• venerdì 8 luglio

Attività esperienziale #Rinatura2022. Pascolamento con pecore e agnellini, visita al caseificio con esperienza diretta di produzione dei formaggi e degustazione dei prodotti appena conosciuti.

Ritrovo presso: Consorzio Valli Dolomiti Friulane, Loc. Maleon, T. di Sopra (Pn)

Ore: 10:30

Note: quota di partecipazione 8€ bambino e 15€ adulto degustazione inclusa. Prenotazione obbligatoria a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).



**CARNEVALLE ESTIVO**

• sabato 9 luglio

Ritorna in Val Tramontina il tradizionale appuntamento del Carnevale estivo. Carri e maschere sfileranno nelle vie di Tramonti di Sotto, di Sopra e di Mezzo, con lunghe soste in piazza dedicate alla degustazione. La sfilata si concluderà a Tramonti di Mezzo con un momento conviviale e musica dal vivo.

**Presso:** lungo le vie dei paesi, Val Tramontina (Pn)

**Ore:** dalle 15:00

**Note:** per maggiori informazioni tel. 333 4523116.

**TAMAR JAZZ & BLUES**

BLUES, MUSICA &amp; COLORI

• sabato 9 luglio

*Passaggiata #PASSIparole2022.* Un pomeriggio all'insegna di musica, natura e borghi antichi.

Lungo una facile carrareccia, si raggiungeranno i ruderi delle stalle Culumet e Plendoria. Una fitta faggeta ci accoglierà per un'esperienza rilassante di "Forest Bathing" guidata da Alberto Cancian. Si proseguirà poi fino al borgo abbandonato di Tamar e al bivacco "Guglielmo Varnerin" dove dalle 18:30 si terranno concerti di musica Jazz e Blues. Cena al sacco su prenotazione.

**Ritrovo presso:** Piazza Santa Croce, Tramonti di Sotto (Pn)

**Ore:** dalle 16:00

**Note:** info e prenotazioni su [www.ecomuseolisaganis.it](http://www.ecomuseolisaganis.it).

**PAROLE IN RIFUGIO**

• sabato 9 luglio

In collaborazione con AssoRifugi, presentazione del libro "Le spirite di Verzegnis" di Raffaella Cargnelutti.

Un romanzo pubblicato da Ugo Mursia Editore che si ispira a un'inquietante e sconvolgente storia accaduta nel 1877 a Verzegnis, paese della montagna carnica in Friuli Venezia Giulia.

**Presso:** Rifugio Valinis, Monte Valinis, Meduno (Pn)

**Ore:** 18:00

**Note:** partecipazione libera e gratuita.



# Campus

## Musicale

Nella splendida cornice naturalistica della Val Tramontina, dal 10 al 17 luglio 2022, prenderà il via la prima edizione del **Campus Estivo Musicale dedicato alla Sezione Moderna** rivolto a tutti i giovani musicisti, di ogni livello di preparazione, che abbiano compiuto almeno gli 11 anni di età.

Una settimana totalmente dedicata alla musica tra lezioni individuali e musica d'insieme tenute da docenti qualificati con grande esperienza, e prove di live performance in preparazione del concerto finale che si svolgerà domenica 17 luglio.

Inoltre grazie alla stretta collaborazione tra la *Polinote Cooperativa Musicale, Pro Loco Valtramontina, Pro Loco Tramonti Di Sopra* ed il progetto *Ri.natura* verranno proposte attività di svago, laboratori ed esperienze!

**Scopri il programma completo e le modalità di partecipazione su [www.polinote.it](http://www.polinote.it)**

## "IL PERCORSO DEL SOLE" IN VAL TRAMONTINA

ESCURSIONE GUIDATA #VALMEDUNA2022

### • domenica 10 luglio

Passeggiata accompagnati da una delle guide naturalistiche del Parco Naturale Dolomiti Friulane su alcuni dei tratti dell'iconico "Percorso del sole" che unisce tutta la Val Tramontina, fra boschi, laghi, fiumi e torrenti, elementi architettonici e antropologici. Possibilità di prenotare il Cestino Pic Nic con i prodotti tipici della Valle.

**Ritrovo presso:** Sede Proloco Valtramontina, Tramonti di Sotto (Pn)

**Ore:** dalle 9:00

**Note:** partecipazione gratuita, prenotazione obbligatoria a Ri.natura su [www.rinatura.it](http://www.rinatura.it) oppure scrivendo a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

## A OGNI FIORE UN SAPORE

### • domenica 10 luglio

Visita guidata al campo di fiori eduli, erbe e camomilla di Mariangela Avon. Raccolta manuale dei fiori da portare a casa e degustazione di pietanze a base di fiori edibili.

**Presso:** Tramonti di Sotto (Pn)

**Note:** quota di 7€ a persona, gratuito per bambini fino a 10 anni. Su prenotazione a tel. 329.2127538 / [imperatori.paola@libero.it](mailto:imperatori.paola@libero.it).

## LA MUNGITURA "COM'ERA UNA VOLTA"

### • martedì 12 luglio

*Attività esperienziale #Rinatura2022.* Un appuntamento dedicato alla ri-scoperta delle tradizioni d'un tempo: visita all'Azienda Agricola di Borgo Titol, con esplorazione all'affumicatoio delle Pitine e al caveau di conservazione di salumi e formaggi in affinamento.

Esperienza di mungitura nella stalla con i meravigliosi esemplari di Pezzata Rossa e al termine degustazione con assaggi dei prodotti tipici di produzione propria. *In collaborazione con Pordenone Turismo.*

**Presso:** Agriturismo Borgo Titol, Loc. Titol 1, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** dalle 16:30

**Note:** quota di partecipazione degustazione inclusa 5€ bambino, 15€ adulto. Prenotazione obbligatoria a Ri.natura su [www.rinatura.it](http://www.rinatura.it) oppure scrivendo a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

## ARRAMPICATA IN FALESIA

### • sabato 16 luglio

Approccio all'arrampicata presso la Falesia di Tramonti di Sopra.

**Ritrovo presso:** Centro visite Parco Dolomiti Friulane, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** 9:00

**Note:** maggiori informazioni su [www.parcodolomitifriulane.it](http://www.parcodolomitifriulane.it).

## FESTA DELLA MADONNA DEL CARMINE

### • sabato 16 e domenica 17 luglio

A Tramonti di Mezzo ritornano i due giorni di festeggiamenti dedicati alla Madonna del Carmine.

Sabato, dalle 19:00 porchetta e musica dal vivo. Domenica, dalle 16:00 processione con la statua della Madonna e rinfresco.

**Presso:** lungo le vie del paese a Tramonti di Mezzo, Tramonti di Sotto (Pn)

**Note:** per maggiori informazioni tel. +39 333 255 6359.

## A SPASSO CON L'ASINO

### • giovedì 21 luglio

*#ValMeduna2022.* Passeggiate in compagnia di Alfio Scandurra e del suo asinello Fiocco. I momenti di approccio all'Asino si fonderanno con i passi alla scoperta del territorio, arricchiti da suggerimenti sulla vita in natura in vero stile Survival.

**Ritrovo presso:** Chiesa di Tramonti di Mezzo, Via Roma 5, T. di Sotto (Pn)

**Ore:** 16:30

**Note:** partecipazione gratuita, prenotazione obbligatoria a Ri.natura su [www.rinatura.it](http://www.rinatura.it) oppure scrivendo a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

## CASARO PER UN GIORNO

### • venerdì 22 luglio

*Attività esperienziale #Rinatura2022.* Pascolamento con pecore e agnellini, visita al caseificio con esperienza diretta di produzione dei formaggi e degustazione dei prodotti appena conosciuti.

**Ritrovo presso:** Consorzio Valli Dolomiti Friulane, Loc. Maleon, T. di Sopra (Pn)

**Ore:** 10:30

**Note:** quota di partecipazione 8€ bambino e 15€ adulto degustazione inclusa. Prenotazione obbligatoria a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).



## SERATA ASTRONOMICA SUL MONTE VALINIS

### • venerdì 22 luglio

Serata astronomica sul Monte Valinis dedicata ai 100 anni dalla nascita di Margherita Hack. Breve seminario dedicato alla scienza in Rifugio Valinis, a seguire osservazione del cielo con dei telescopi a disposizione.

**Presso:** Rifugio Valinis, Monte Valinis, Meduno (Pn)

**Ore:** 21:00

**Note:** attività organizzata dal Circolo Culturale "Tiziana Marsiglio" di Meduno. Per maggiori informazioni Rifugio Valinis tel. +39 349 644 3947.

## YOGA & ARPA IN NATURA

### • sabato 23 luglio

Pratiche rilassanti ed energizzanti di Hatha Yoga accompagnate dalle dolci note dell'arpa di Alice Populin Redivo e dal canto dei mantra. Con Margherita Grizzo, insegnante di Hatha Yoga secondo la tradizione di S. Sivananda, e Eric Hauptkorn, fisioterapista, insegnante di Yoga ed esperto in massaggi wellness ayurvedici e terapia Dorn. Aperto a tutti i livelli.

*A seguire Note in Natura, esibizione musicale in acustico al Tramonto di Daniele D'Agaro.*

**Presso:** Area Picnic Pozze Smeraldine, Via Pradis, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** dalle 16:00

**Note:** quota di partecipazione 16€ a persona. Su prenotazione a tel. 329 7403890 / margheritagrizzo@gmail.com.

## ARGILLA SELVAGGIA

### • sabato 23 luglio

*#PASSIparole2022.* Un pomeriggio dedicato all'esplorazione della terra e delle argille presso la Falesia di Tramonti di Sopra. Sperimentare consistenze, forme, colori...scoprire come la Terra e l'Acqua si incontrano nella cornice incantata della Val Tramontina.

**Ritrovo presso:** Chiesa di San Floriano, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** dalle 16:00

**Note:** per partecipare è OBBLIGATORIO compilare il MODULO DI ISCRIZIONE sul sito [www.ecomuseolisaganis.it](http://www.ecomuseolisaganis.it) > sezione PASSIparole, entro le 48 ore precedenti la passeggiata.

## NOTE IN NATURA

ESIBIZIONE MUSICALE IN ACUSTICO AL TRAMONTO DI DANIELE D'AGARO

### • sabato 23 luglio

*#ValMeduna2022.* Un programma musicale per strumento solo dove è prevista l'intera famiglia dei sassofoni e dei clarinetti.

Un viaggio musicale dove le composizioni dei grandi del jazz, quali Duke Ellington e T.Monk, si fonderanno con melodie dall' Africa, dall'Asia e dal Sud America e risuoneranno nella Natura.

*In collaborazione con Polinote Cooperativa Musicale.*

**Presso:** Area Picnic Pozze Smeraldine, Via Pradis, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** dalle 18:15

**Note:** ingresso libero e gratuito. In caso di maltempo evento garantito presso Sala Polifunzionale, Villaggio IV Maggio, Tramonti di Sopra.

## LE POZZE SMERALDINE E FRASSANEIT

ESCURSIONE GUIDATA #VALMEDUNA2022

### • domenica 24 luglio

Le Pozze Smeraldine sono il luogo più conosciuto dell'intera Val Tramontina, ma celano ancora molti segreti. In quest'escursione, accompagnati da una delle guide naturalistiche del Parco Naturale Dolomiti Friulane, costeggeremo le piscine naturali del fiume Meduna per spingerci fino a Frassaneit, il borgo nel quale si dice sia nata la Pitina.

**Ritrovo presso:** Area Picnic Pozze Smeraldine, Via Pradis, T. di Sopra (Pn)

**Ore:** 8:30

**Difficoltà:** media, dislivello di 350 m (8 km), durata media 3 ore

**Note:** partecipazione gratuita, prenotazione obbligatoria a [Ri.natura](http://Ri.natura) su [www.rinatura.it](http://www.rinatura.it) oppure scrivendo a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

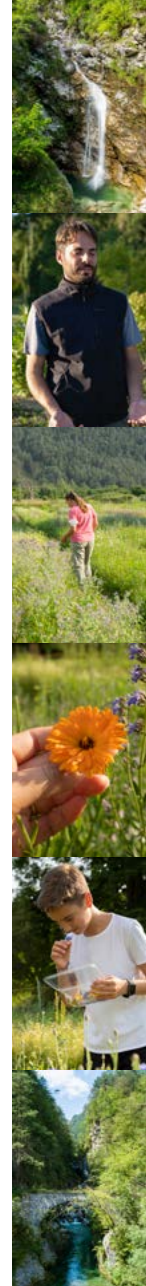
## A OGNI FIORE UN SAPORE

### • domenica 24 e domenica 31 luglio

Visita guidata al campo di fiori eduli, erbe e camomilla di Mariangela Avon. Raccolta manuale dei fiori da portare a casa e degustazione di pietanze a base di fiori edibili.

**Presso:** Tramonti di Sotto (Pn)

**Note:** quota di 7€ a persona, gratuito per bambini fino a 10 anni. Su prenotazione a tel. 329.2127538 / [imperatori.paola@libero.it](mailto:imperatori.paola@libero.it).





Monte Valinis  
Meduno (Pn)

**WORKSHOP**

AUTO MASSAGGIO WELLNESS AYURVEDICO

**• domenica 24 luglio**

Scopri l'arte del massaggio ayurvedico sul tuo corpo in mezzo alla natura con Eric Hauptkorn, fisioterapista, insegnante di Yoga ed esperto in massaggi wellness ayurvedici e terapia Dorn e Margherita Grizzo, insegnante di Hatha Yoga secondo la tradizione di S. Sivananda.

**Presso:** Area Picnic Pozze Smeraldine, Via Pradis, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** dalle 10:00

**Note:** quota di partecipazione 26€ a persona. Su prenotazione a tel. 329 7403890 / margheritagrizzo@gmail.com. Il corso sarà in lingua inglese con traduzione in italiano in caso di difficoltà.

**FIABE NEL BOSCO, I TESORI DEL RE****• giovedì 28 luglio**

*#ValMeduna2022.* Camminata itinerante nel bosco durante la quale a tappe sarà raccontata una fiaba della tradizione popolare e verranno svolti giochi teatrali di gruppo.

**Ritrovo presso:** Piazza della Chiesa, Meduno (Pn)

**Ore:** 16:30

**Note:** consigliato per bambini dai 6 agli 11 anni accompagnati da genitori. Partecipazione gratuita su prenotazione a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

**YOGA NEL BOSCO GENITORI & FIGLI****• venerdì 29 luglio**

*#ValMeduna2022.* Finalmente un tempo esclusivo senza distrazioni e interruzioni, in cui il bambino sperimenta un'interazione e un contatto fisico con il genitore in una dimensione completamente diversa da quella abituale.

La lezione di Yoga Genitori & Figli è adatta a tutti e si svolge con esercizi/giochi di coppia, di fiducia e contatto, Asana da eseguire in coppia e singolarmente, rilassamento e meditazione.

**Ritrovo presso:** Area Picnic Pozze Smeraldine, Via Pradis, T. di Sopra (Pn)

**Ore:** 17:30

**Note:** partecipazione gratuita, prenotazione obbligatoria a [www.rinatura.it](http://www.rinatura.it) oppure scrivendo a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

**CENA IN DIGA SUL LAGO DI SELVA****• venerdì 29 luglio**

Ritorna uno degli appuntamenti più suggestivi, la cena esclusiva a lume di candela sulla diga di Selva illuminata. Aperitivo e a seguire cena con spettacolo.

**Presso:** Diga del Lago di Selva, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** dalle 18:30

**Note:** solo su prenotazione a tel. +39 0427869412.

**PER ANTICHI SENTIERI****• sabato 30 luglio**

*Passeggiata #PASSIparole2022.* Si percorrerà il sentiero che conduce alla passerella sul Meduna, per addentrarsi nel bosco fino ai ruderi del Pecolat. Si proseguirà poi fino a raggiungere la località Pradis, dove si ridiscenderà verso l'area picnic. Da qui si rientrerà nel bosco per poi dirigersi verso il paese.

**Ritrovo presso:** Ufficio IAT Val Tramontina, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** 9:00

**Difficoltà:** facile, dislivello di 100 m (6 km), durata media 3.30 ore

**Note:** info e prenotazioni su [www.ecomuseolisaganis.it](http://www.ecomuseolisaganis.it).

**FESTA DELLA MONTAGNA****• domenica 31 luglio**

Alla scoperta dei prodotti tipici della Val Tramontina nel corso di una giornata interamente dedicata al territorio assieme alla Pro Loco di Tramonti di Sopra. In serata concerto degli Absolute 5.

**Presso:** Sala polifunzionale di Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** dalle 9:00 alle 24:00

**Note:** per maggiori informazioni +39 349 4748898.

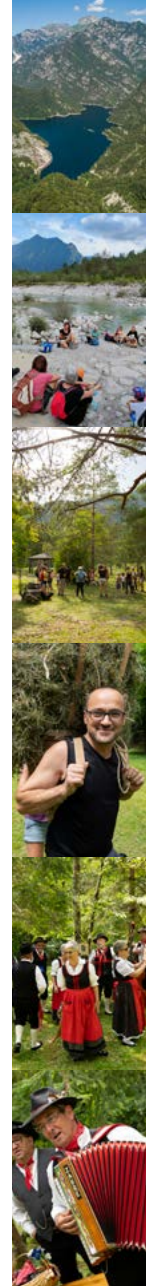
**FESTA DEGLI ALPINI A FORCHIA****• domenica 31 luglio**

La sezione ANA di Meduno propone la tradizionale Festa in Forchia.

**Presso:** Forchia di Meduno (Pn)

**Ore:** dalle 10:00

**Note:** per maggiori informazioni +39 366 2082938.



# FFF future figure friulane

Dal 31 luglio al 10 agosto 2022 uno dei borghi antichi della Val Tramontina si tingerà **di arte e di natura**.

Prenderà il via a Chievolis un **seminario di pittura** nel territorio della Val Silisia con l'intervento di danzatori che lavoreranno durante le sessioni creative. I dipinti saranno ispirati alla figura di Pier Paolo Pasolini.

Le opere realizzate verranno raccolte in una **mostra itinerante** che verrà inaugurata a Chievolis il 6 agosto. La mostra proseguirà poi presso la vecchia scuola di Chievolis e nei locali del Comune di Tramonti di Sopra.

Un progetto di Società Operaia Dodismala - Chievolis in collaborazione con T20 APS, Les Amis de Toulane e Comune di Tramonti di Sopra.

**Per maggiori informazioni**  
**+39 338 4940299**

## FESTA ESTIVA

### • martedì 2 agosto

Festa estiva con DJ e spettacolo di burlesque organizzata dalla Pro Loco Tramonti di Sopra.

**Presso:** Sala polifunzionale di Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** dalle 20:00

**Note:** per maggiori informazioni Pro Loco Tramonti di Sopra tel. 3494748898.

## FIABE NEL BOSCO, IL CAMMINO DELL'EROE

### • mercoledì 3 agosto

*#ValMeduna2022.* Camminata itinerante nel bosco durante la quale a tappe sarà raccontata una fiaba della tradizione popolare e verranno svolti giochi teatrali di gruppo, movimento e giochi correlati al benessere e alla Natura. Un momento unico per arricchire il rapporto genitori-figli e nutrirsi della bellezza delle fiabe e della Natura che ci circonda.

**Ritrovo presso:** Area Pic Nic Tramonti di Sopra, Via Pradis, T. di Sopra (Pn)

**Ore:** 16:30

**Note:** consigliato per bambini dai 6 agli 11 anni accompagnati da genitori. Partecipazione gratuita su prenotazione a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

## A SPASSO CON L'ASINO

### • giovedì 4 agosto

*#ValMeduna2022.* Passeggiata in compagnia di Alfio Scandurra e del suo asinello Fiocco. I momenti di approccio all'Asino si fonderanno con i passi alla scoperta del territorio, arricchiti da cenni naturalistici e da suggerimenti sulla vita in natura, in vero stile Survival. Ci incontreremo nel parcheggio dell'Ufficio IAT, a pochi passi dal paese di Tramonti di Sopra e da lì, ci incammineremo sul semplice anello del Cresò, fra vasti prati verdi e gallerie naturali formate dai noccioli.

**Ritrovo presso:** Ufficio IAT Val Tramontina, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** 16:30

**Note:** partecipazione gratuita, prenotazione obbligatoria a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com) su [www.rinatura.it](http://www.rinatura.it) oppure scrivendo a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

## MEDUNO, SOTTOMONTE, FORCHIA

ESCURSIONE GUIDATA #VALMEDUNA2022

### • venerdì 5 agosto

*#ValMeduna2022.* Un bellissimo tracciato parte da Sottomonte di Meduno per immergersi nei boschi che fanno da sfondo all'abitato. Nel tragitto, oltre alla natura, avremo l'occasione di ammirare anche il suggestivo borgo Del Bianco, oltre alla località San Martino e all'abitato di Gilia.

**Ritrovo presso:** Piazza Miani, nei pressi della chiesa di San Giovanni Bosco, Sottomonte di Meduno, Meduno (Pn)

**Ore:** dalle 8:30

**Difficoltà:** media, dislivello di 500 m (8 km), durata media 4 ore

**Note:** partecipazione gratuita, prenotazione obbligatoria a [www.rinatura.it](http://www.rinatura.it) oppure scrivendo a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

## TAMAR SOTTO LE STELLE

### • sabato 6 agosto

*Passeggiata #PASSIparole2022.* Raggiungeremo il borgo Vuar dove sul greto del torrente si potrà godere della lettura di alcuni brani con intermezzi musicali per poi proseguire verso il borgo Palcoda, dove si terrà un breve concerto musicale. Rientrati al borgo Tamar, musica folk, canti e balli attorno al fuoco, racconti sulle costellazioni e visione del cielo con il telescopio.

**Ritrovo presso:** Piazza Santa Croce, Tramonti di Sotto (Pn)

**Ore:** dalle 14:00 a tarda sera

**Note:** info e prenotazioni su [www.ecomuseolisaganis.it](http://www.ecomuseolisaganis.it). Consigliato portare plaid, scarpe adatte e torcia per il rientro.

## FESTA DELL'ACQUA

### • domenica 7 agosto

Festa a tema organizzata dall'Agriturismo Borgo Titol e dedicata alla Natura e all'elemento Acqua. Racconti in riva al Meduna a seguire cena a tema.

**Presso:** Agriturismo Borgo Titol, Località Titol, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** dalle 18:30

**Note:** info e prenotazioni Agriturismo Borgo Titol tel. 335 8222876.





## A OGNI FIORE UN SAPORE

• domenica 7 agosto

Visita guidata al campo di fiori eduli, erbe e camomilla di Mariangela Avon. Raccolta manuale dei fiori da portare a casa e degustazione di pietanze a base di fiori edibili.

Presso: Tramonti di Sotto (Pn)

Note: quota di 7€ a persona, gratuito per bambini fino a 10 anni. Su prenotazione a tel. 329.2127538 / imperatori.paola@libero.it.

## SPETTACOLO TEATRALE "ITALIA"

• domenica 7 agosto

Spettacolo teatrale di Bruna Braidotti, con Bruna Braidotti e Bianca Matzari, vincitore del premio "Donne e teatro" 2007. Due sorelle negli anni della guerra vivono fra il Friuli e la Lombardia. Testimone del passaggio dalla dittatura alla democrazia, Italia, una delle due, racconta i suoi ricordi alla propria figlia. Preceduto da un'escursione.

Presso: Tramonti di Sopra (Pn)

Note: per info, orari e prenotazioni info@compagniadartiemesieri.it.

## CINEMAMBULANTE 2022... COL VERDE IN TESTA!

• sabato 13 agosto

Dalle 17:00 passeggiata cinenaturalistica in compagnia del regista Filippo Gobbato, picnic con i prodotti del territorio e proiezione all'aria aperta di una selezione di cortometraggi Green da WeShort preceduta dal corto Echi di Filippo Gobbato. Al termine musica dal vivo.

Presso: Il Bosco Bandito, Area picnic il Bosco delle Agane, T. di Sotto (Pn)

Note: per maggiori informazioni [www.cinemambulante.com](http://www.cinemambulante.com).

## 58^ SAGRA DELLA BEATA VERGINE ASSUNTA

• da sabato 13 a lunedì 15 agosto

La Sagra della Beata Vergine Assunta compie 58 anni e per l'occasione a Tramonti di Sotto non mancheranno spettacoli teatrali, musica dal vivo e chioschi aperti con le gustose specialità locali.

Presso: Tramonti di Sotto (Pn)

Note: per maggiori informazioni [protramontidisotto@libero.it](mailto:protramontidisotto@libero.it).



## Ars Herbarie Tintura Naturale ed ecoprinting

Dall'8 al 12 agosto 2022, il Bar terrazza Ammare di Campone ospiterà dalle 9.30 - 13.00 e dalle 14.30 - 18.00 il **laboratorio sperimentale di tintura naturale con piante e stampa botanica-Eco-print** con Elisabetta Trevisan, erborista, herbaria e arteterapeuta.

**8 agosto** • Le piante tintorie, riconoscimento ed utilizzo, preparazione di acquerelli e tini di colore realizzazione di un erbario, di una palette colori e di 5-6 tini colore.

**9 agosto** • Tingere le fibre animali e vegetali: quali scegliere e come prepararle.

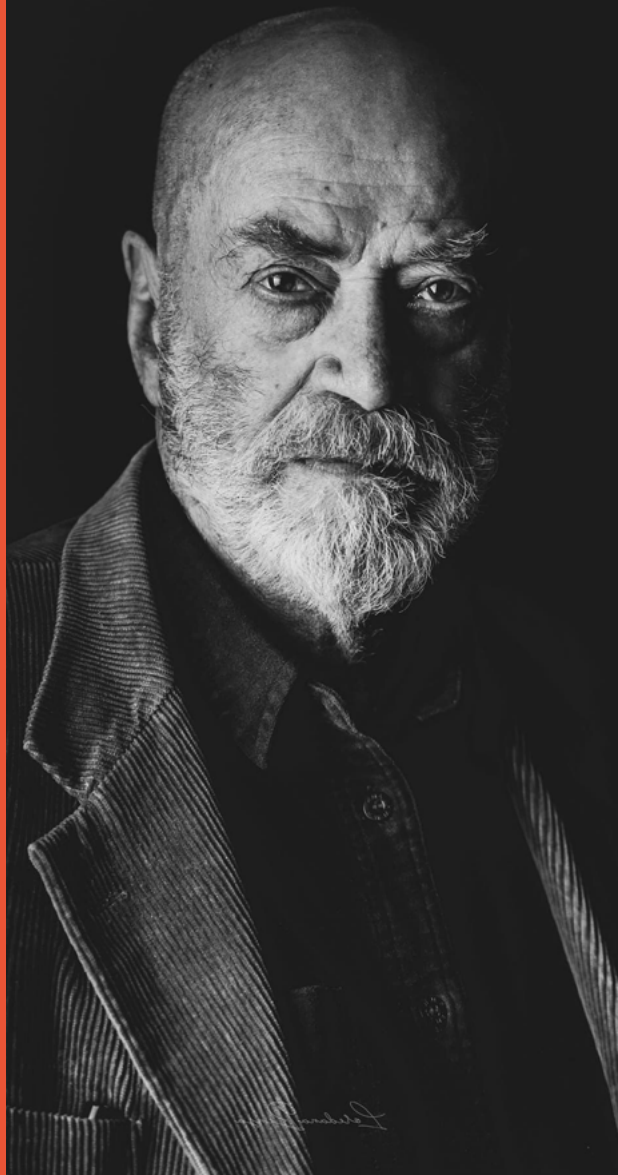
**10 agosto** • Tintura e stampa botanica su seta e lana.

**11 agosto** • Tintura e stampa botanica su fibre vegetali.

**12 agosto** • Tecniche avanzate ed Indaco.

Per info e prenotazioni Elisabetta Trevisan tel. +39 347 7132221

Agosto



# Il Tempo delle parole

Festival Frattempi 2022

**Domenica 21 agosto** alle ore 20:45 presso l'Area Polifunzionale di Tramonti di Sopra si terrà lo spettacolo con **Toni Capuozzo** e **Luigi Maieron: Il Tempo delle Parole**.

Uno spettacolo con due ospiti davvero speciali, dove non esistono scalette, tutto è rigorosamente improvvisato: musica e parola si fondono per creare momenti di riflessione attorno alle parole individuate per la serata.

In caso di maltempo evento confermato in Sala Somsì, Tramonti di Sopra.

Ingresso Gratuito.

**Per maggiori informazioni:**  
[ac.culturarti@yahoo.com](mailto:ac.culturarti@yahoo.com)  
[info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com)

## ESCURSIONE FOTOGRAFICA A CAMPONE

ESCURSIONE GUIDATA #VALMEDUNA2022

### • giovedì 18 agosto

#ValMeduna2022. Non una semplice escursione quella che ci porterà alla scoperta di Campone. Esploreremo infatti l'abitato caratteristico, con il ponte e l'antico mulino, gli scorci sul torrente Chiarzò e la visita alla grotta in compagnia del Fotografo Naturalista Thomas Cantoni. Un vero e proprio workshop all'aria aperta.

Ritrovo presso: Chiesa di San Nicolò, Campone (Pn)

Ore: 16:00

Difficoltà: facile, dislivello di 150 m (5 km), durata media 2.30 ore

Note: partecipazione gratuita, prenotazione obbligatoria a Ri.natura su [www.rinatura.it](http://www.rinatura.it) oppure scrivendo a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

## YOGA NEL BOSCO GENITORI & FIGLI

### • venerdì 19 agosto

#ValMeduna2022. Finalmente un tempo esclusivo senza distrazioni e interruzioni, in cui il bambino sperimenta un'interazione e un contatto fisico con il genitore in una dimensione completamente diversa da quella abituale.

La lezione di Yoga Genitori & Figli è adatta a tutti e si svolge con esercizi/giochi di coppia, di fiducia e contatto, Asana da eseguire in coppia e singolarmente, rilassamento e meditazione.

Ritrovo presso: Palazzo Colossis, Via del Municipio, Meduno (Pn)

Ore: 17:30

Note: partecipazione gratuita, prenotazione obbligatoria a Ri.natura su [www.rinatura.it](http://www.rinatura.it) oppure scrivendo a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

## “INCOZZATI” A MEDUNO

### • sabato 20 agosto

Ritorna la serata di pesce firmata Pro Meduno con un menù a base di pesce e cozze. Per una sera il profumo del mare si accosterà al profumo dei monti.

Presso: Palazzo Colossis, Meduno (Pn)

Ore: dalle 18:00

Note: per maggiori informazioni Pro Meduno 338-1596251.

## NOTE IN NATURA

ESIBIZIONE MUSICALE IN ACUSTICO AL TRAMONTO DI DENIS BIASON

### • sabato 20 agosto

#ValMeduna2022. Un programma musicale che passa in rassegna brani originali del chitarrista alternati a riproposizioni estemporanee ed inaspettate di partiture più o meno note del Jazz tradizionale, del Pop, del Flamenco e della Classica; il tutto “condito” con la ricerca intimistica ma anche trasgressiva di “dispositivi sonori” nell’uso della chitarra classica (flamenco) ed acustica.

Presso: Loc. Valinis, Monte Valinis, Meduno (Pn)

Ore: 18:15

Note: partecipazione libera e gratuita.

## A SPASSO CON L'ASINO

### • giovedì 25 agosto

#ValMeduna2022. Passeggiata in compagnia di Alfio Scandurra e del suo asinello Fiocco. I momenti di approccio all'Asino si fonderanno con i passi alla scoperta del territorio, arricchiti da cenni naturalistici e da suggerimenti sulla vita in natura, in vero stile Survival.

Ritrovo presso: Agriturismo ai Pradons, Via Loc.Tomba 11, Meduno (Pn)

Ore: 16:30

Note: partecipazione gratuita, prenotazione obbligatoria a Ri.natura su [www.rinatura.it](http://www.rinatura.it) oppure scrivendo a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

## FIABE NEL BOSCO, LA MAGIA DELLA FORESTA

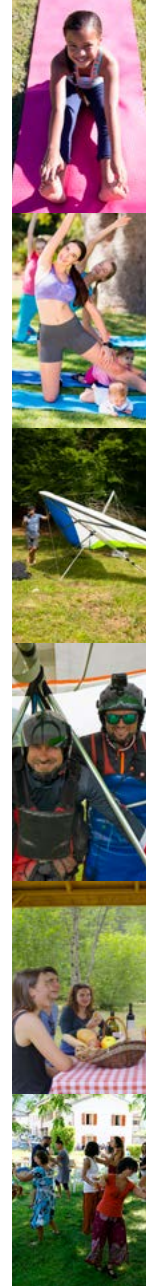
### • mercoledì 31 agosto

#ValMeduna2022. Camminata itinerante nel bosco durante la quale a tappe sarà raccontata una fiaba della tradizione popolare e verranno svolti giochi teatrali di gruppo. Un momento unico per arricchire il rapporto genitori-figli e nutrirsi della bellezza delle fiabe e della Natura che ci circonda.

Ritrovo presso: Ex Scuola Matan, Località Matan 1, Tramonti di Sotto (Pn)

Ore: 16:30

Note: consigliato per bambini dai 6 agli 11 anni accompagnati da genitori. Partecipazione gratuita su prenotazione a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).



## A SPASSO CON L'ASINO

### • giovedì 1 settembre

#ValMeduna2022. Passeggiata in compagnia di Alfio Scandurra e del suo asinello Fiocco. I momenti di approccio all'Asino si fonderanno con i passi alla scoperta del territorio, arricchiti da cenni naturalistici e da suggerimenti sulla vita in natura, in vero stile Survival.

**Ritrovo presso:** Ex Centro Matan, Loc. Matan 1, T. di Sotto (Pn)

**Ore:** 16:30

**Note:** partecipazione gratuita, prenotazione obbligatoria a Ri.natura su [www.rinatura.it](http://www.rinatura.it) oppure scrivendo a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

## NOTE IN NATURA

ESIBIZIONE MUSICALE IN ACUSTICO AL TRAMONTO DI MAURIZIO DE LUCA

### • sabato 3 settembre

#ValMeduna2022. La meta che si pone questo incontro musicale è quella di affiancare una nuova immagine della fisarmonica, strumento generalmente solista e, nel pensiero, radicato nella musica popolare, ad un'immagine nuova: uno strumento come parte di un ensemble in un repertorio che attraversa la storia della musica: dal barocco, passando per il romantico, per giungere alla musica contemporanea e alla musica popolare.

**Presso:** Area Picnic Bosco delle Agane, Loc. Sottoriva, Tramonti di sotto (Pn)

**Ore:** 18:15

**Note:** ingresso libero e gratuito.

## 45+1 ANNI DI DONAZIONI

### • domenica 4 settembre

La sezione Donatori di Sangue di Meduno vi invita a festeggiare i 45 + 1 anni di donazioni 1976-2022 durante i quali le donazioni volontarie di sangue hanno salvato centinaia di vite umane. Al termine delle cerimonie, pranzo conviviale su prenotazione.

**Presso:** piazzale antistante le Scuole, Meduno (Pn)

**Ore:** dalle 9:45

**Note:** per maggiori informazioni sezione.meduno@afdsn.it.

## CONCERTO DI MUSICA CLASSICA

### • domenica 4 settembre

A cura della Scuola di Musica Città di Pordenone con il patrocinio del comune di Tramonti di Sopra, concerto di musica classica. Seguirà cena presso l'Agriturismo Borgo Titol.

**Presso:** Agriturismo Borgo Titol, Loc. Titol 1, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** 18:00

**Note:** ingresso libero e gratuito. Prenotazioni cena tel. +39 335 8222876.

## DOMENICA MOSTRUOSA

### • domenica 4 settembre

Evento dedicato al Monster Ducati e Trofeo Regionale Turismo Monster Contest / Motogiro Enogastronomico / Music & Food.

**Presso:** Val Tramontina (Pn)

**Note:** ingresso libero. Maggiori info [cheidaldesmo.docudine@gmail.com](mailto:cheidaldesmo.docudine@gmail.com).

## THREE LAKES TRAIL

TRAIL DELLE DOLOMITI FRIULANE ALLA CONQUISTA DEL RECORD EUROPEO

### • domenica 11 settembre

Un bellissimo, unico per caratteristiche, e particolarmente emozionante Trail che attraversa una delle valli delle Dolomiti Friulane: La Valtramontina.

**Presso:** Val Tramontina (Pn)

**Ore:** dalle 6:45 alle 13:00

**Note:** info e iscrizioni su [www.threelakestrail.it](http://www.threelakestrail.it).

## FESTA DEL LEGNO

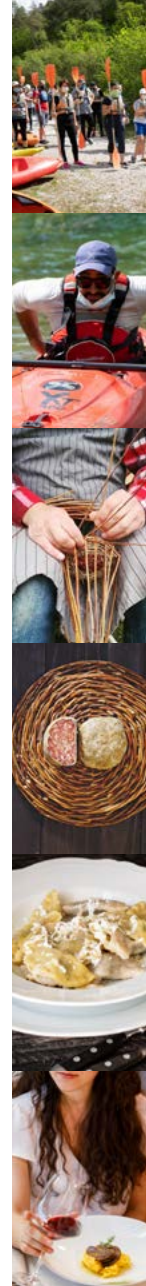
### • domenica 11 settembre

Festa a tema organizzata dall'Agriturismo Borgo Titol e dedicata alla Natura e all'elemento legno. Passeggiata fra i boschi, laboratori di lavori boschivi e forestali e pranzo con menù a tema.

**Presso:** Agriturismo Borgo Titol, Loc. Titol 1, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** dalle 10:00

**Note:** info e prenotazioni Borgo Titol tel. +39 335 8222876.



**GEO ESCURSIONE****• domenica 11 settembre**

Ascoltando l'acqua di montagna, accompagnati dalle guide del Parco Naturale Dolomiti Friulane si percorrerà il Sentiero Strada da Lis Fornas fino a raggiungere le Pozze smeraldine.

**Ritrovo presso:** Centro visite del Parco, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** 9:00

**Note:** info e prenotazioni su [www.parcodolomitifriulane.it](http://www.parcodolomitifriulane.it).

**BLANC EUROPEAN FESTIVAL 2022****• domenica 18 settembre**

Uno degli appuntamenti del Blanc European Festival "STAGIONI, i ritmi della natura e le storie degli uomini" spettacolo con Trio Kaliope e Carla Manzon.

**Presso:** Sala polifunzionale di Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** 17:00

**Note:** ingresso libero, info e prenotazioni su [www.blanceuropeanfestival.com](http://www.blanceuropeanfestival.com)

**RITORNA LA TRANSUMANZA!****• domenica 18 settembre**

La Transumanza, patrimonio culturale dell'umanità, è un'antica pratica della pastorizia che consiste nella migrazione stagionale del bestiame che a Meduno ritorna da Borgo Cilia a Piazza Miani.

**Ritrovo presso:** Piazza della Chiesa, Meduno (Pn)

**Ore:** dalle 10:00

**Note:** maggiori informazioni su [www.caispilimbergo.it](http://www.caispilimbergo.it).

**MEDUNO PEDALA****• sabato 24 settembre**

Pedalata amatoriale aperta a tutti pensata per le famiglie e tutti gli amanti delle due ruote! L'itinerario si svolge quasi interamente su strade secondarie a traffico limitato ai mezzi agricoli e agli autorizzati, oppure su strade a traffico molto basso.

**Ritrovo presso:** Piazza della Chiesa, Meduno (Pn)

**Ore:** 10:00

**Note:** per maggiori informazioni +39 339 2333191.



Fontanon dal Toff  
Tramonti di Sopra, Val Tramontina (Pn)

**IL FONTANON DAL TOFF**

ESCURSIONE GUIDATA #VALMEDUNA2022

**• sabato 24 settembre**

Escursione alla scoperta di un gioiello naturalistico della Val Tramontina: il Fontanon dal Toff. Il Fontanon è una cascata che, dall'alto, sembra sbucare da una giungla fitta. Il salto d'acqua si origina in una grotta, dalla quale si dice compaiano le Agane.

**Ritrovo presso:** Ufficio IAT Val Tramontina, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** 9:00

**Difficoltà:** media, non adatto a bambini e inesperti, dislivello di 350 m, durata media 4 ore

**Note:** partecipazione gratuita, prenotazione obbligatoria a [Ri.natura](http://Ri.natura) su [www.rinatura.it](http://www.rinatura.it) oppure scrivendo a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

**LA MADONA DI MIDÙN****• da venerdì 23 a domenica 25 settembre**

Venerdì e sabato sera chiosco, musica e animazione. Domenica a partire dalla mattinata la via centrale di Meduno ospiterà la tradizionale festa per celebrare la Madonna delle Fascine.

Durante la giornata verranno proposte visite guidate alla Chiesa di Meduno e ci sarà la possibilità di salire sul campanile per una vista emozionante sulla ValMeduna. Inoltre saranno proposti laboratori, dimostrazioni dei taglialegna locali e l'imperdibile tombola!

**Presso:** Piazza della Chiesa e lungo la via principale, Meduno (Pn)

**Ore:** dalle 8:30

## FESTA DEL FUOCO

• domenica 2 ottobre

Festa a tema organizzata dall'Agriturismo Borgo Titol e dedicata alla Natura e all'elemento fuoco. Musiche e danze attorno al fuoco e a seguire cena con menù a tema.

**Presso:** Agriturismo Borgo Titol, Loc. Titol 1, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** dalle 16:00

**Note:** info e prenotazioni Borgo Titol tel. +39 335 8222876.

## PASSEGGIATA LETTERARIA A NAVARONS

ESCURSIONE GUIDATA #VALMEDUNA2022

• domenica 9 ottobre

Un nuovo modo di esplorare il territorio, esaltando le sue peculiarità culturali ed artistiche. Passeggeremo per le vie dell'abitato, fermandoci di tanto in tanto ad ascoltare le letture sceniche di Mina Carfora, ispirate dai testi di Novella Cantarutti.

**Ritrovo presso:** Piazza della Chiesa, Navarons, Meduno (Pn)

**Ore:** 15:00

**Difficoltà:** adatto a tutti inclusi bambini, durata media 2.30 ore

**Note:** partecipazione gratuita, prenotazione obbligatoria a [Ri.natura](mailto:Ri.natura) su [www.rinatura.it](http://www.rinatura.it) oppure scrivendo a [info.rinatura@gmail.com](mailto:info.rinatura@gmail.com).

## GEO TOUR: TRA FOSSILI E GEOLOGIA DELLA VAL TRAMONTINA

• domenica 16 ottobre

*Passeggiata #PASSIparole2022.* Visita alla mostra dei fossili seguita dall'escursione guidata fino alle Pozze Smeraldine, al quarto posto nella lista delle dieci wild swimming locations in Italia, con osservazioni di fenomeni geologici.

**Ritrovo presso:** Sala Polisportiva di Tramonti di Sopra, Via M. Rest (Pn)

**Ore:** 9:00

**Difficoltà:** facile, dislivello di 150 m (4 km), durata media 4 ore

**Note:** info e prenotazioni su [www.ecomuseolisaganis.it](http://www.ecomuseolisaganis.it).

## ESCURSIONE ANTROPOLOGICA

• domenica 23 ottobre

Escursione guidata con le guide del Parco Naturale Dolomiti Friulane. D'autunno alle Pozze smeraldine e a Frassaneit. Tramonti di sopra, Canale di Meduna, Frassaneit.

**Presso:** Centro visite del Parco, Tramonti di Sopra (Pn)

**Ore:** 9:00

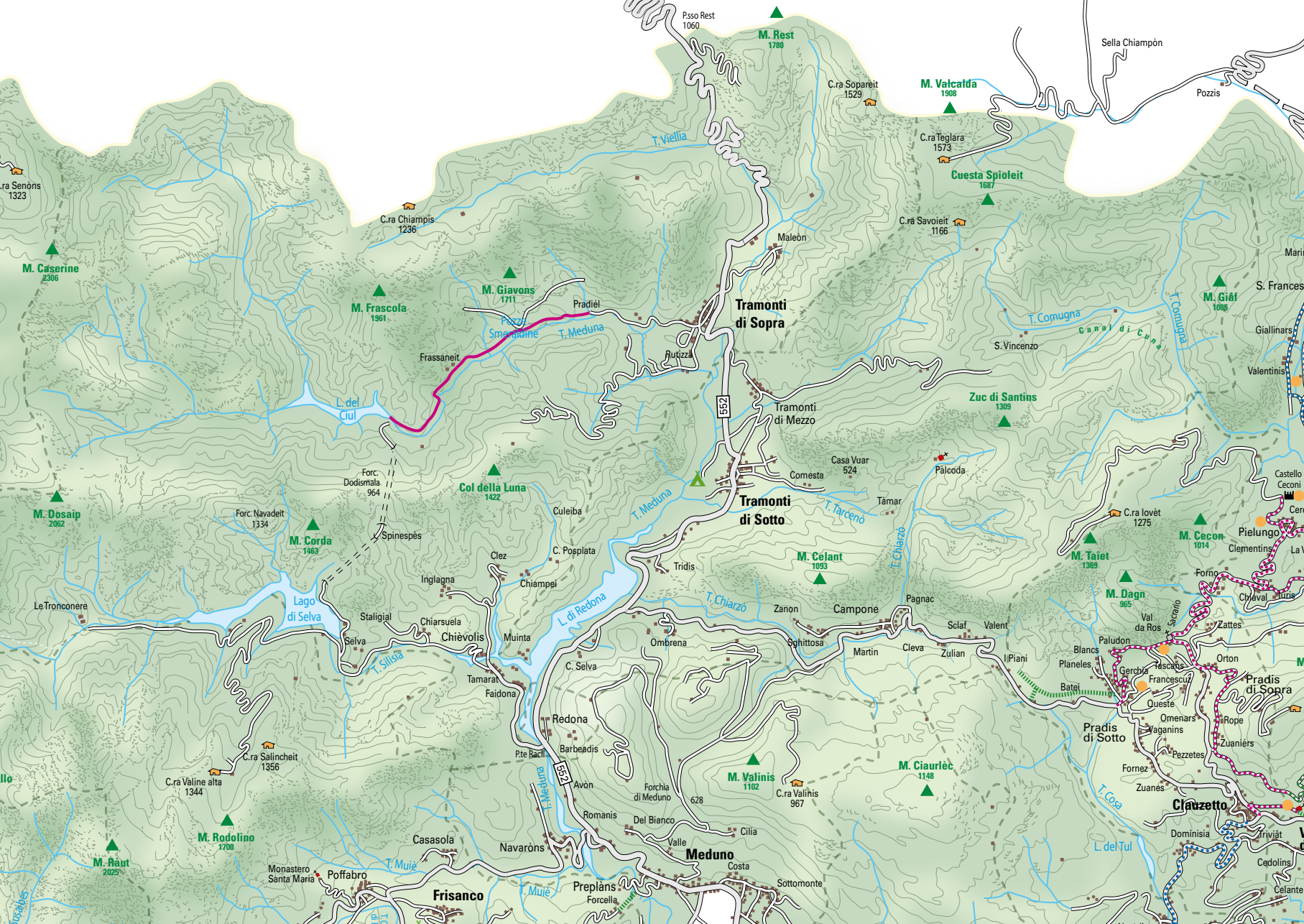
**Note:** info e prenotazioni [www.parcodolomitifriulane.it](http://www.parcodolomitifriulane.it).



Pozze Smeraldine  
 Tramonti di Sopra, Val Tramontina (Pn)



Cima Monte Rest  
Tramonti di Sopra, Val Tramontina (Pn)







sport, musica, teatro  
e attività esperienziali in val meduna

**#valmeduna2022**