



FESTIVAL del CAMMINO

Ritorna il Festival del Cammino:

08-09-10-11 giugno un programma ricco di eventi, cultura, incontri ed un format rinnovato

Provaglio d'Iseo, 30 maggio 2023 - Dopo il successo dell'evento anticipatorio di domenica 16 aprile, dal titolo "Aspettando il Festival- Camminata nella storia", ritorna la partecipata ed attesa iniziativa promossa da LAMU- Libera Accademia del Movimento Utile – e realizzata da Rosa Running Team che, giunta alla settima edizione, sarà un'immersione nel mondo slow dell'attività motoria più naturale: il cammino.

Le parole di Gabriele Rosa, Presidente – *"Il Festival del Cammino è giunto alla settima edizione. Quest' anno, che vede protagoniste Brescia e Bergamo quali capitali della cultura, anche il Festival ha voluto adeguarsi cambiando il suo format. Spazieremo dalla Franciacorta a Brescia per poi andare ad abbracciare Bergamo. Gli eventi in programma toccheranno temi molto attuali quali l'inclusione, il rispetto dell'altro e dell'ambiente, il cammino delle donne. Mi auguro che il pubblico apprezzi il nostro sforzo e voglia seguirci anche al di fuori del territorio franciacortino dove si svolge tradizionalmente l'evento. Un pubblico del quale siamo molto orgogliosi, una community attenta che ci segue con interesse, che non è solo locale ma viene da oltre provincia e regione. Ed è proprio in quest'ottica che sono stati pensati alcuni degli eventi che offriranno l'opportunità di andare alla scoperta delle due città e dei loro dintorni ammirandole da prospettive nuove"*

08/09/10/11 Giugno sarà il lungo weekend celebrativo dell'edizione 2023 del Festival del Cammino.

Proprio in occasione dell'anno speciale che vede coinvolto il territorio di Brescia e provincia insieme a Bergamo, quali capitale della cultura, si pone l'obiettivo di realizzare eventi di vario genere ma accomunati dallo stesso obiettivo: promuovere i benefici del movimento, in questo caso il cammino, andando alla scoperta del territorio in modo slow per approfondirne le ricchezze storiche, artistiche e paesaggistiche.

Il Festival del Cammino 2023 sarà, come sempre, il contenitore di numerosi appuntamenti sul territorio. Dal cuore di Brescia spazierà verso la Franciacorta ed il Lago d'Iseo e, percorrendo percorsi del tutto nuovi, raggiungerà la provincia e la città di Bergamo alla quale si stringerà in un abbraccio simbolico



FESTIVAL del CAMMINO

Grazie alla collaborazione con il Comune di Provaglio d'Iseo, Il magnifico Monastero di San Pietro in Lamosa ospiterà gli eventi culturali del giovedì e venerdì sera nonché la mostra fotografica dal titolo ***Insieme in Cammino*** che rimarrà fruibile fino al 25 giugno.

Gli appuntamenti in cammino invece prevedono di percorrere la prima e l'ultima tappa de "la Via delle sorelle" oltre a due camminate più brevi, una a Brescia ed una a Bergamo proprio a suggellare l'occasione eccezionale che vede le due città "sorelle", capitali della cultura.

Il Programma

Le serate culturali

"InSuperAibile 2022 e la Via di Francesco. Fare inclusione scoprendo uno dei cammini più belli d'Europa, si può" sarà l'evento che darà il via al Festival, **giovedì 08 giugno alle ore 21.00** a Provaglio D'Iseo presso il Monastero di San Pietro in Lamosa.

La serata inaugurale del Festival sarà dedicata al racconto dell'edizione 2022 di *Insuperabile - La staffetta dell'inclusione*, il progetto sociale organizzato da Lamu e Rosa Running Team in collaborazione con Se Vuoi Puoi e Pedalabile, che ha visto protagoniste persone con disabilità e patologie camminare sulla Via di Francesco. Un racconto a più voci sull'esperienza, con la partecipazione di alcuni protagonisti e di alcuni referenti di spicco della Via.

La serata sarà preceduta dall'inaugurazione della **mostra fotografica** dedicata al progetto Insuperabile, dal titolo ***Insieme in Cammino***, a cura della fotografa Fabiana Zanola (Evento gratuito)

La serata di **venerdì 09 giugno**, dal titolo ***Camminare per cambiare il mondo***, vedrà protagonista **Paolo Piacentini**, uno dei maggiori esperti di Cammini in Italia e scrittore. Egli ci condurrà a riflettere sulla cura di sé, dell'altro e del territorio presentandoci il suo libro ***Passo Dopo Passo***.

Gli eventi, entrambi gratuiti, saranno moderati da **Andrea Mattei**, caporedattore della Gazzetta dello Sport e autore di Ediciclo.

Ad accogliere gli ospiti, un brindisi al tramonto in collaborazione con la Cantina **Contadi Castaldi e Fondazione Grana Padano**.



FESTIVAL del CAMMINO

Le camminate:

Le giornate di **sabato 10 e domenica 11 giugno** saranno interamente dedicate al cammino. Ogni giorno due proposte diverse per distanza e difficoltà.

Le camminate lunghe vedranno protagonista la **Via delle sorelle**, il cammino neonato che unisce appunto le due sorelle Brescia e Bergamo.

Sabato 10 percorreremo la prima tappa della Via che, dal centro storico di Brescia ci condurrà a Gussago. (km 20,8)

Domenica 11 invece partiremo da Nembro per giungere la città alta di Bergamo. (km 21.5)

Le giornate in cammino saranno arricchite dalla partecipazione di due personaggi d'eccezione, rispettivamente **Franco Michieli e Alessandra Beltrame** che, durante i momenti di sosta, dialogheranno con il pubblico presentando le loro recenti pubblicazioni.

(Contributo per ogni camminata € 20.00)

Per coloro che non sono avvezzi alle lunghe distanze ma non vogliono perdersi l'occasione di una giornata attiva, alla scoperta di scorci inediti, due proposte molto interessanti:

Sabato 10 andremo alla scoperta di Brescia con una camminata di 5 km che si svolgerà sul medesimo percorso della versione lunga per poi deviare e rientrando verso il centro città.

Domenica 11 ci sposteremo a Bergamo con una camminata di 7,5 km che dal quartiere Monterosso condurrà i camminatori lungo le mura venete per proseguire fino al Castello di San Vigilio.

(Contributo per ogni camminata € 8.00)

Come partecipare: Tutti gli eventi sono a numero chiuso. E' richiesta la prenotazione sul sito www.festivaldelcammino.it



FESTIVAL del CAMMINO

GRAZIE!

Il Festival del Cammino 2023 è patrocinato dalla **Provincia di Brescia**, dal **Comune di Brescia**, **Comune di Provaglio D'Iseo**, **Comune di Gussago**, **Comune di Bergamo**, **Comune di Nembro**, **Terre della Franciacorta**, in collaborazione con **Fiasp**, **IVV**, **CAI sez. di Rovato** e **CAI sez. di Nembro**.

Intenti e valenze dell'iniziativa sono condivisi dagli amici Partner:

Banca BCC Brescia, **Cantina Contadi Castaldi**, **Fondazione Grana Padano**, **Ostilio Mobili**.

Contatti:

Mariella Faustinoni

lamu@rosassociati.it

3488214945



FESTIVAL del CAMMINO

PROGRAMMA DETTAGLIATO

INSIEME IN CAMMINO | Inaugurazione *Mostra fotografica a cura di Fabiana Zanola*

 Giovedì 08 Giugno 2023

 Ore 20.00 -21.00

 Monastero di San Pietro in Lamosa | Via Monastero 5 – Provaglio d'Iseo (BS)

700km di solidarietà, raccontati dagli emozionanti scatti di Fabiana Zanola, nella mostra fotografica dedicata al progetto sociale *Insuperabile* che lo scorso anno ha riunito molteplici associazioni italiane per camminare sulla Via di Francesco, uno dei cammini più belli d'Europa. Un autentico "cammino dello spirito", che parla di amore per le piccole cose, di rispetto e gratitudine per il creato, di accoglienza generosa dell'altro.

"La mia presenza come fotografa si è concentrata in sei giorni di cammino, tra l'Abbazia di Farfa e il borgo di Trevi. Documentare il progetto Insuperabile è stata una sfida stimolante e sempre nuova: le fotografie in mostra sono solo una piccola selezione attraverso cui ho cercato di riassumere l'esperienza straordinaria che è stata camminare insieme per decine di chilometri e giornate intere, in un moto continuo ricco di risate, abbracci, fatica e momenti conviviali. L'aspetto più interessante dal punto di vista fotografico è aver documentato l'esperienza da dentro, una modalità, questa, per certi versi più faticosa ma indubbiamente che permette una visione ravvicinata di tutto quello che succede, comprese le dinamiche interne, le problematiche logistiche da superare e talvolta la condivisione emotiva di aspetti più personali con la comunità dei camminatori. Questo aspetto aggiunge valore al mio lavoro, oltre che essere una preziosa occasione di crescita personale. Le fotografie esposte sono mie (Fabiana Zanola) e di Fabrizio Ardito, i frame dal drone sono di Alberto Malinverni." F. Zanola

La mostra fotografica sarà inaugurata con un brindisi al tramonto in collaborazione con la Cantina **Contadi Castaldi** e Fondazione **Grana Padano** presso il Monastero di San Pietro in Lamosa a Provaglio di Iseo, alle ore 20.00. Modera: Andrea Mattei.

La mostra resterà aperta al pubblico e visitabile gratuitamente sino a domenica 25 giugno:

- dal martedì al venerdì, dalle ore 15 alle ore 18;
 - il sabato e la domenica, dalle ore 10 alle ore 12 e dalle ore 15 alle ore 18.
-



FESTIVAL del CAMMINO

INSUPERABILE 2022 E LA VIA DI FRANCESCO. Fare inclusione andando alla scoperta di uno dei cammini più belli d'Europa, si può. | Evento culturale

 31 Giovedì 08 Giugno 2023

 Ore 21.00 -22.30

 Monastero di San Pietro in Lamosa | Via Monastero 5 – Provaglio d'Iseo (BS)

Un racconto a più voci sull'esperienza e la mission del progetto Insuperabile e sulla Via di Francesco, uno dei cammini più belli d'Europa.

In compagnia di alcuni protagonisti di InSuperAibile, il progetto sociale organizzato da Lamu, ASD Rosa Running Team in collaborazione con le associazioni Se Vuoi Puoi e Pedalabile e con la partecipazione speciale di: **Gianluigi Bettin** – Sviluppumbria e autore della guida La Via di Francesco ed. Terre di Mezzo - e **Fabrizio Ardito**, giornalista e fotografo, autore tra l'altro del libro Le Vie di Francesco ed. Ediciclo

Moderata da Andrea Mattei, caporedattore della Gazzetta dello Sport e scrittore di Ediciclo

Ad allietare gli ospiti un brindisi al tramonto in collaborazione con la cantina **Contadi Castaldi** e Fondazione **Grana Padano**

CAMMINARE PER SALVARE IL MONDO | *Evento culturale*

 31 Venerdì 09 Giugno 2023

 Ore 21.00 -22.30

 Monastero di San Pietro in Lamosa – Via Monastero 5 – Provaglio d'Iseo (BS)

Paolo Piacentini, uno dei maggiori esperti di Cammini in Italia e scrittore, ci condurrà a riflettere sulla cura di sé, dell'altro e del territorio presentandoci il suo libro **Passo Dopo Passo**. Stili di vita sani e attenzione all'ambiente sono i pilastri di una rivoluzione copernicana, la sua proposta di un Cammino per un Nuovo Umanesimo è la base per una società più solidale con al centro il benessere della persona, della comunità e del territorio. Perché l'unica utopia possibile è conservare la dimensione umana e spirituale in un mondo dominato da tecnologia e intelligenza artificiale.

Evento gratuito preceduto da un aperitivo al tramonto in collaborazione con la Cantina **Contadi Castaldi** e Fondazione **Grana Padano**



FESTIVAL del CAMMINO

SULLA VIA DELLE SORELLE, DA BRESCIA A GUSSAGO
Con Franco Michieli, geografo, scrittore ed esploratore.

 **Sabato 10 giugno 2023**

 **Orario: dalle ore 8:00**

 **Via delle Sorelle, da Brescia a Gussago**

Insieme percorreremo la 1° tappa della Via che parte dal cuore culturale della città di Brescia, il Museo di Santa Giulia, Patrimonio Unesco, per raggiungere Gussago, la porta della Franciacorta.

Durante il cammino saremo accompagnati da **Franco Michieli**, geografo e scrittore, ma soprattutto viaggiatore a piedi, che nella vita ha compiuto molte traversate di catene montuose e di terre selvatiche. Durante alcune soste ci spiegherà come sia possibile vivere il cammino e trovare buone vie leggendo la natura e i suoi eventi, utilizzando doti dimenticate che ci permettono di orientarci grazie alla relazione con l'ambiente. Un invito a distaccarci di tanto in tanto dalla tecnologia, per ritrovare l'intimità e la compagnia del mondo."

LA VOCAZIONE DI PERDERSI - Come farsi guidare dalla natura, per ritrovarsi. Il libro, edito da Ediciclo, sarà acquistabile presso il punto ristoro.

Partenza: Brescia

Arrivo: Gussago

Lunghezza: 20,8 km

Difficoltà a piedi: Media

Dislivello salita: 733 m

Questa prima tappa è un viaggio nella storia di Brescia che conduce dritti verso il polmone verde della città – il Monte Maddalena – e poi ancora all'interno dell'incantevole Valle di Mompiano, dalla quale si prosegue per entrare in provincia, attraversando i Comuni di Collebeato, Concesio, Cellatica e infine Gussago, dove presso la Chiesa di San Rocco, si terrà il ristoro e l'incontro con il nostro ospite Franco Michieli. Modera: Andrea Mattei.



FESTIVAL del CAMMINO

Info tecniche.

Iscrizioni. Evento a numero chiuso > le iscrizioni devono essere effettuate on-line sul sito www.festivaldelcammino.it

Ritrovo e ritiro gadget. Dalle ore 7:00 / 7:30, presso Piazza Tebaldo Brusato (Brescia) > Ai partecipanti verrà consegnato in omaggio: zainetto, acqua, snack dolce e salato.

Partenza. Ore 8:00 da Piazza Tebaldo Brusato (Brescia). Parcheggio limitrofo in Piazza Arnaldo (a pagamento).

Arrivo. Il rientro da Gussago è previsto con mezzi propri o mezzi pubblici. Il bus n. 13 parte da Piazza del Comune ogni 20 min. Il biglietto è compreso nella quota di iscrizione, da richiedere in partenza agli organizzatori. Per maggiori info su orari autobus: www.bresciamobilita.it

Il percorso.

Lunghezza e tipologia > 20,8 km. La partecipazione è consigliata solo a camminatori esperti ed allenati sia per la difficoltà che per la lunghezza. La tappa è infatti un susseguirsi di saliscendi, alcuni piuttosto impegnativi sia in salita che in discesa.

Durata > 6/7 ore

Maltempo > in caso di maltempo anche nei giorni immediatamente precedenti all'evento, si opererà per percorrere la "variante bassa".

Attrezzatura. Necessario > scarpe/scarponcini da trekking e bastoncini.

Contributo a sostegno dell'evento 20,00€ Ai partecipanti verrà consegnato uno zainetto con acqua e snack dolce e salato.

Ristoro finale presso la Chiesa di San Rocco, a Gussago in collaborazione con il Comune di Gussago.

Lungo il tragitto i partecipanti saranno assistiti dai volontari del Cai di Rovato e di ASD Rosa Running Team.



FESTIVAL del CAMMINO

ALLA SCOPERTA DI BRESCIA

 Sabato 10 giugno 2023

 Orario: dalle ore 9:30

 Partenza: Piazza Tebaldo Brusato, Brescia

Una camminata di 5km per ammirare scorci inediti della nostra città.

Per tutti coloro che non sono allenati sulle lunghe distanze, ma vogliono comunque affrontare una parte della Via delle Sorelle, abbiamo previsto una versione “corta”, anche se abbastanza sfidante per i brevi tratti in salita.

La camminata si svolgerà sul medesimo percorso della lunga fino a quando, anziché salire al Colle San Gottardo, prenderà la direzione della “variante bassa” ed, una volta scesi nuovamente in centro, riporterà i camminatori verso la zona dell’Ospedale Civile, da dove sarà possibile ritornare verso il centro città utilizzando la metro.

Per chi fosse interessato a visite culturali, sul sito www.visitbrescia.it potrà trovare tutte le proposte e le esperienze disponibili per scoprire le bellezze della città.

Info tecniche.

Iscrizioni | Evento a numero chiuso > le iscrizioni devono essere effettuate on-line sul sito www.festivaldelcammino.it

Ritrovo e ritiro gadget | Dalle ore 8:30 / 9:00, presso Piazza Tebaldo Brusato (Brescia) > Ai partecipanti verrà consegnato in omaggio: zainetto, acqua, snack dolce e salato.

Partenza | Ore 9:30 da Piazza Tebaldo Brusato (Brescia). Parcheggio limitrofo in Piazza Arnaldo (a pagamento).

Arrivo | Zona Spedali Civili di Brescia. Il rientro a Piazza Tebaldo Brusato è possibile utilizzando la metropolitana.

Lunghezza > 5 km. **Attrezzatura.** Consigliate > Scarpe da ginnastica. Bastoncini facoltativi.

Contributo a sostegno dell’evento. 8,00€ Ai partecipanti verrà consegnato uno zainetto con acqua e snack dolce e salato. Lungo il tragitto i partecipanti saranno assistiti da volontari.



FESTIVAL del CAMMINO

SULLA VIA DELLE SORELLE, DA NEMBRO A BERGAMO.

 31 Domenica 11 giugno 2023

 Orario: dalle ore 8:00

 Via delle Sorelle, da Nembro a Bergamo

Con Alessandra Beltrame, giornalista e scrittrice.

L'11 giugno percorreremo l'ultima tappa della Via delle Sorelle e, da Nembro, lungo sentieri che si snodano sulle prime propaggini collinari delle Alpi Orobie, raggiungeremo la Città Alta di Bergamo, attraversando le Mura Venete, Patrimonio Unesco. Durante il cammino saremo accompagnati da **Alessandra Beltrame** che ci parlerà di **"Donne in cammino, il cammino delle donne"** e ci illustrerà il suo "manifesto al femminile sul cammino della vita". Un inno al coraggio delle donne, nomadi sui sentieri dei diritti, della libertà e della pace. Un tributo alla loro capacità di mettere sulla strada corpo, mente, sensibilità, curiosità e intuito e di vedere quel che gli uomini non vedono.

Il libro, edito da Ediciclo, sarà acquistabile presso il punto ristoro.

La Tappa:

Partenza: Nembro

Arrivo: Bergamo

Lunghezza: 21,4 km

Difficoltà a piedi: Impegnativa

Dislivello salita: 1215 m

Una tappa impegnativa per le ripide salite, la lunghezza e il dislivello, ma bellissima.

L'arrivo dai Colli, che regala una visione unica di Città Alta, rappresenta solo una delle meraviglie di quest'ultima tappa che conduce il camminatore attraverso sentieri, paesaggi di montagna e luoghi di altri tempi immersi costantemente in una natura lussureggiante. L'arrivo nella splendida Città accoglie il camminatore tra i suoi vicoli per ammirare le sue porte, le sue chiese e le sue antiche Mura Patrimonio UNESCO.

Presso la località "Maresana" si terrà il ristoro e avrà luogo l'incontro/racconto con l'ospite Alessandra Beltrame. Modera: Andrea Mattei.

Info tecniche.

Iscrizioni. Evento a numero chiuso > le iscrizioni devono essere effettuate on-line sul sito

www.festivaldelcammino.it



FESTIVAL del CAMMINO

Ritrovo e ritiro gadget. Dalle ore 7:00 / 7:30, presso Piazza della Libertà (davanti al Comune di Nembro – Bergamo).

Parcheggi liberi nelle vicinanze del Comune oltre che possibilità di parcheggio in Via Stazione TEB Centro (200mt dalla Piazza) o presso il parcheggio Scuole Medie/Cimitero.

Partenza. Ore 8:00 da Piazza della Libertà, Nembro (Bergamo). Parcheggi nelle vicinanze del Comune.

Arrivo. Il rientro è libero. Dalle porte di Bergamo sono in partenza bus per la stazione FS da cui, ogni 15 minuti, parte il servizio TEB per Nembro / Albino.

Durata > 7 ore circa

Attrezzatura Necessario > scarpe/scarponcini da trekking e bastoncini.

Contributo a sostegno dell'evento. 20,00€ Ai partecipanti verrà consegnato uno zainetto con acqua e snack dolce e salato.

Ristoro presso la località Maresana, lungo il tragitto.

I partecipanti saranno assistiti dai volontari del Cai di Nembro e di ASD Rosa Running Team.

La partecipazione è consigliata solo a camminatori esperti ed allenati sia per la difficoltà che per la lunghezza e per il dislivello



FESTIVAL del CAMMINO

ALLA SCOPERTA DI BERGAMO

 Domenica 11 giugno 2023

 Orario: dalle ore 9:30

 Partenza: Bergamo, Parco Goisis (Quartiere Monterosso)

Una camminata di 7,5 km per ammirare scorci inediti della città.

Per coloro che non sono avvezzi alle lunghe distanze abbiamo individuato un bellissimo itinerario della lunghezza di 7,5km circa che, partendo dal Quartiere Monterosso, condurrà i camminatori lungo le Mura Venete fino all'ingresso in Città Alta per poi raggiungere il Castello di San Vigilio. Da qui sarà possibile proseguire la visita della città in modo autonomo o ritornare percorrendo un percorso appositamente segnato.

Per chi fosse interessato a visite culturali, sul sito www.visitbergamo.net potrà trovare tutte le proposte e le esperienze disponibili.

Info tecniche.

Iscrizioni. Evento a numero chiuso > le iscrizioni devono essere effettuate on-line sul sito www.festivaldelcammino.it

Ritrovo e ritiro gadget. Dalle ore 8:30 / 9:00, presso il Parco Goisis (Quartiere Monterosso – Bergamo).

Partenza. Ore 9:30 da Parco Goisis (Quartiere Monterosso – Bergamo). Parcheggio Goisis nelle immediate vicinanze del parco.

Il percorso. Lunghezza > 7,5 km.

Attrezzatura. Consigliate > scarpe da ginnastica.

Contributo a sostegno dell'evento. 8,00€ Ai partecipanti verrà consegnato uno zainetto con acqua e snack dolce e salato.

Lungo il tragitto i partecipanti saranno assistiti da assistenza volontari

Contatti:

Mariella Faustinoni

Cell. 3488214945

lamu@rosassociati.it
