

Nonostante il caldo e le restrizioni di questa inedita estate post emergenza sanitaria, le proposte di camminate e trekking Uisp continuano a riscuotere successo e a coinvolgere centinaia di persone, in escursioni all'insegna del divertimento e della sostenibilità.

In questo ambito grande rilievo ha ottenuto l'iniziativa dell'Uisp Imperia lanciata lo scorso sabato 18 luglio, le "Escursioni d'estate Valle del San Lorenzo". Si tratta di un condiviso con tutti i comuni della Valle, per valorizzare il territorio e promuovere forme di turismo lento con le camminate nei cinque comuni (San Lorenzo al mare, Cipressa, Civezza, Costarainera e Pietrabruna) immersi nel verde, nell'azzurro del mare, in elementi naturalistici ambientali e storici di pregio. In programma ci sono venti camminate tra borghi, ulivi, mulattiere, chiese e chiesette per scoprire la Valle del San Lorenzo, il modo migliore per alternare la vacanza al mare con la conoscenza del territorio, sentendosi parte integrante dell'ambiente e del territorio. Grazie al supporto economico dei Comuni della Valle la partecipazione sarà gratuita: "Finalmente riusciamo a concretizzare la nostra idea di palestra a cielo aperto - ha detto Lucio Garzia, presidente Uisp Imperia, durante la presentazione - noi abbiamo un territorio estremamente versatile: un mare favoloso e a ridosso la collina. Vogliamo portare la gente a conoscere il nostro territorio, valorizzando le sue risorse".

La camminata e la corsa, con l'Uisp, possono anche diventare veicolo di solidarietà. Come accadrà domenica 2 agosto a Grottammare (Ap), con la terza edizione di "Donne in rosa", gara agonistica di 10 chilometri e camminata di 5 chilometri che sostengono la Lega Italiana Lotta ai Tumori. L'iniziativa si svolgerà sul lungomare sud di Grottammare, con partenza e arrivo a Piazza Kursaal, e prevede un massimo di 400 partecipanti, con partenze scaglionate a gruppetti e classifiche elaborate tramite chip cronometraggio.

Si è conclusa, nel frattempo, la sesta edizione delle Camminate Gioachimite organizzate dal Comitato Uisp di Catanzaro. Il tradizionale arrivo all'Abbazia Florense di San Giovanni in Fiore c'è stato sabato 18 luglio. Nonostante mascherine, distanziamenti e pioggia, tutto è andato bene e nel pieno rispetto delle norme anti-covid: il bilancio finale registra cinque giorni di cammino sulle tracce di Gioacchino da Fiore e di altri grandi personaggi protagonisti in passato sui monti della Sila, e 70 chilometri percorsi attraversando tre province (Catanzaro, Crotone e Cosenza) dai 25 camminatori, tutti entusiasti dell'iniziativa e pronti già a ripartire per la prossima edizione e su nuovi sentieri.

Anche la sesta edizione delle Camminate Gioachimite UISP di Catanzaro ha avuto la faticosa collaborazione dell'A.S.D. Calabriando di Catanzaro e dell'associazione "Amici con il Cuore" di

## Camminare, nuova frontiera del benessere per tutti

Scritto da Administrator  
Sabato 25 Luglio 2020 16:08 -

---

Catanzaro, e il Patrocinio della Regione Calabria e del Parco Nazionale della Sila. Sette i territori comunali attraversati a piedi dai camminatori: Sersale, Cerva, Petronà, Mesoraca, Petilia Policastro, Caccuri, San Giovanni in Fiore. In ognuno di questi luoghi i camminatori hanno trovato ospitalità e accoglienza, godendo di scenari meravigliosi, cortesia ed enogastronomia d'eccellenza, visite guidate e collaborazione. L'appuntamento è a luglio 2021. (A cura di Elena Fiorani)

[www.uisp.it](http://www.uisp.it)