



PROSSIMI APPUNTAMENTI...



SPORT 🚴 **NATURA** 🌳 **BAMBINI** 🧒 **SPETTACOLI** 🎭 **CULTURA** 🗣️ **GASTRONOMIA** 🍷 **VARIE**

...

Sabato 8 dicembre

WINTER NORDIC WALKING 🚴

Ritrovo con l'istruttrice Tony LANDI alle ore 9.30 - Iscrizione entro le ore 17.00 del giorno precedente
Tel. 347.3200152. Per i dettagli si rimanda all'ultima pagina *

Lunedì 24 dicembre

FIACCOLATA DEI PASTORI E SANTA MESSA DELLA NOTTE

Ritrovo in Piazza Frutaz alle ore 21.45 – S. Messa ore 22.00

Al termine **Brindisi di Natale**

Giovedì 27 dicembre

DAL CRISTALLO ALLA VALANGA... LA NEVE SENZA CONFINI

Serata divulgativa a cura della *Scuola Italiana racchette da neve Italian Snowshoes School®*
Sala SIRT (partenza telecabina) – Ore 20.00

CORSO DI PILATES 🚴

Postura, pratiche di respirazione e rilassamento a cura della Dott.ssa Maria Carlotta Riccio
Palestra comunale – Dalle 17.45 alle 18.45

Iniziativa organizzata da privato. Lezione singola € 6,00 – 4 lezioni € 20,00

Iscrizioni presso l'ufficio turistico o presso la palestra prima o dopo gli orari di lezione.

Venerdì 28 dicembre

L'ALPE TRONCHANÉY E IL MAGICO MONDO DELLA NEVE 🌳

Una meravigliosa escursione con racchette da neve nei boschi di Torgnon e nella zona di Gordzà, che permette di raggiungere l'alpeggio di Tronchaney, autentica balconata sulla valle dal panorama indescrivibile. L'attività verrà condotta da Flavio Mario Dalle, Guida Escursionistica Naturalistica, in possesso delle qualifiche di International Mountain Leader UIMLA e Osservatore Nivologico A.I.Ne.Va.

Per adulti e ragazzi dai 14 anni. N. partecipanti: min. 6 adulti – max 15

Ritrovo con la guida alle ore 9.30 presso l'ufficio turistico di Torgnon

Tempo di percorrenza stimato: 4 ore circa, andata e ritorno

Dislivello max 450 metri - Difficoltà E (escursionistica)

È richiesto un abbigliamento comodo e caldo sovrapponibile, guanti e berretto, scarponi o pedule da montagna (no monboot). Ai partecipanti verranno fornite racchette e bastoncini.

L'attività potrà subire modifiche o annullamenti anche in corso di svolgimento, per motivi di sicurezza o avverse condizioni meteo, a giudizio della guida.

€ 25,00 compresa la fornitura di racchette da neve - Pranzo al sacco
Iniziativa organizzata da privato. Iscrizioni entro le ore 10.00 del giorno precedente tel. 340.7085371

CORSO DI PILATES 🧘‍♀️

Postura, pratiche di respirazione e rilassamento a cura della Dott.ssa Maria Carlotta Riccio
Palestra comunale – Dalle 17.45 alle 18.45
Iniziativa organizzata da privato. Lezione singola € 6,00 – 4 lezioni € 20,00
Iscrizioni presso l'ufficio turistico o presso la palestra prima o dopo gli orari di lezione.

NAISSANCE SOUS LE CERVIN 🎵

Concerto con il Coro *La Vallée du Cervin* - coro adulti e giovanile - diretto dal Maestro Alex Danna e il Coro *Sesto in Canto* di Sesto Fiorentino, diretto dal Maestro Edoardo Materassi.
Chiesa Parrocchiale – Ore 20.30

Sabato 29 dicembre

IL BOSCO DI GORZÀ E IL MAGICO MONDO DELLA NEVE 🌲

Una piacevole escursione con racchette da neve dalla frazione di Châté fino al laghetto di Gorzà. Si potranno ammirare le montagne della Valtournenche, conoscere l'ambiente alpino, scoprire la storia del manto nevoso, apprendere indicazioni preziose per la pratica dell'escursionismo in sicurezza. L'attività verrà condotta da Flavio Mario Dalle, Guida Escursionistica Naturalistica, in possesso delle qualifiche di International Mountain Leader UIMLA e Osservatore Nivologico A.I.Ne.Va.

Per adulti e ragazzi dai 10 anni. N. partecipanti: min. 5 adulti – max 15

Ritrovo con la guida alle ore 9.00 presso l'ufficio turistico di Torgnon

Tempo di percorrenza stimato: 4 ore circa, andata e ritorno

Dislivello max 450 metri - Difficoltà E (escursionistica)

È richiesto un abbigliamento comodo e caldo sovrapponibile, guanti e berretto, scarponi o pedule da montagna (no monboot). Ai partecipanti verranno fornite racchette e bastoncini.

Possibilità di consumare pranzo al sacco o di pranzare presso il ristorante Alpe Gorzà.

L'attività potrà subire modifiche o annullamenti anche in corso di svolgimento, per motivi di sicurezza o avverse condizioni meteo, a giudizio della guida.

Adulti € 25,00 – Da 10 a 14 anni € 10,00 compresa la fornitura di racchette da neve.

Iniziativa organizzata da privato. Iscrizioni entro le ore 12.00 del giorno precedente tel. 340.7085371

ZUMBA FITNESS 🧘‍♀️

Con la Zin Fabiana.

L'allenamento a ritmo di musica più divertente che c'è!

Partecipazione gratuita. Palestra comunale – Dalle ore 17.00 alle ore 18.00

CORSO DI PILATES 🧘‍♀️

Postura, pratiche di respirazione e rilassamento a cura della Dott.ssa Maria Carlotta Riccio
Palestra comunale – Dalle 18.15 alle 19.15
Iniziativa organizzata da privato. Lezione singola € 6,00 – 4 lezioni € 20,00
Iscrizioni presso l'ufficio turistico o presso la palestra prima o dopo gli orari di lezione.

Domenica 30 dicembre

CORSO DI PILATES 🧘‍♀️

Postura, pratiche di respirazione e rilassamento a cura della Dott.ssa Maria Carlotta Riccio
Palestra comunale – Dalle 17.45 alle 18.45
Iniziativa organizzata da privato. Lezione singola € 6,00 – 4 lezioni € 20,00
Iscrizioni presso l'ufficio turistico o presso la palestra prima o dopo gli orari di lezione.

FIACCOLATA CON I MAESTRI DI SCI E SERATA IN MUSICA 🎵

Piazzale SIRT – Ore 21.00

Lunedì 31 dicembre

WINTER NORDIC WALKING 🚶‍♂️

Ritrovo con l'istruttrice Tony LANDI alle ore 9.30 - Iscrizione entro le ore 17.00 del giorno precedente
Tel. 347.3200152. Per i dettagli si rimanda all'ultima pagina *

CAPODANNO IN PIAZZA 🎵

Musica con Dj

Piazza Frutaz – Dalle ore 22.30

Mercoledì 2 gennaio

DAL CRISTALLO ALLA VALANGA... LA NEVE SENZA CONFINI

Serata divulgativa a cura della *Scuola Italiana racchette da neve Italian Snowshoes School®*

Sala S.I.R.T. (partenza telecabina) – Ore 20.00

Giovedì 3 gennaio

MATTONELLE D'ARGILLA 🧑‍🎨

Laboratorio d'arte con Ester Leone.

Attraverso divertenti giochi di manipolazione dell'argilla, i bambini potranno scoprire alcune potenzialità di questo materiale e realizzeranno una mattonella decorata con tema invernale.

Saletta al piano terra del municipio

Dalle 16.00 alle 17.00 per bambini dai 3 ai 5 anni con un adulto (max 12 bambini)

Dalle 17.15 alle 18.30 per bambini dai 6 ai 12 anni (max 15 bambini)

€ 5,00 – Prenotazioni presso biblioteca o ufficio turistico

CONCERT DU NOUVEL AN 🎵

Concerto per il nuovo anno con l'Orchestra Filarmonica Bosconerese

Palestra Comunale – Ore 20.30

Venerdì 4 gennaio

FIACCOLATA DEI BAMBINI 🧑‍🎨

Piazzale SIRT – Ore 17.00

IL BOSCO DI GORZÀ E IL MAGICO MONDO DELLA NEVE 🌲

Una piacevole escursione con racchette da neve dalla frazione di Châté fino al laghetto di Gorzà. Si potranno ammirare le montagne della Valtournenche, conoscere l'ambiente alpino, scoprire la storia del manto nevoso, apprendere indicazioni preziose per la pratica dell'escursionismo in sicurezza. L'attività verrà condotta da Flavio Mario Dalle, Guida Escursionistica Naturalistica, in possesso delle qualifiche di International Mountain Leader UIMLA e Osservatore Nivologico A.I.Ne.Va.

Per adulti e ragazzi dai 10 anni. N. partecipanti: min. 5 adulti – max 15

Ritrovo con la guida alle ore 9.00 presso l'ufficio turistico di Torgnon

Durata: giornata intera. Tempo di percorrenza stimato: 4 ore circa, andata e ritorno

Dislivello max 450 metri - Difficoltà E (escursionistica)

È richiesto un abbigliamento comodo e caldo sovrapponibile, guanti e berretto, scarponi o pedule da montagna (no monboot). Ai partecipanti verranno fornite racchette e bastoncini.

Possibilità di consumare pranzo al sacco o di pranzare presso il ristorante Alpe Gorzà.

L'attività potrà subire modifiche o annullamenti anche in corso di svolgimento, per motivi di sicurezza o avverse condizioni meteo, a giudizio della guida.

Adulti € 25,00 – Da 10 a 14 anni € 10,00 compresa la fornitura di racchette da neve.

Iniziativa organizzata da privato. Iscrizioni entro le ore 12.00 del giorno precedente tel. 340.7085371

Sabato 5 gennaio

VIE DI FEDE ... VERSO SAINT-EVENCE 🌲

Una piacevole escursione con racchette da neve che partendo dalla piazza centrale di Torgnon ci porta, attraverso un percorso in gran parte nel bosco, ad ammirare cappelle votive e chiesette sino al belvedere di Saint-Evence.

L'attività verrà condotta da Flavio Mario Dalle, Guida Escursionistica Naturalistica, in possesso delle qualifiche di International Mountain Leader UIMLA e Osservatore Nivologico A.I.Ne.Va.

Per adulti e ragazzi dai 12 anni. N. partecipanti: min. 6 adulti – max 12

Ritrovo con la guida alle ore 9.30 presso l'ufficio turistico di Torgnon

Tempo di percorrenza stimato: 4 ore circa, andata e ritorno

Dislivello max 300 metri - Difficoltà E (escursionistica)

È richiesto un abbigliamento comodo e caldo sovrapponibile, guanti e berretto, scarponi o pedule da montagna (no monboot). Ai partecipanti verranno fornite racchette e bastoncini.

L'attività potrà subire modifiche o annullamenti anche in corso di svolgimento, per motivi di sicurezza o avverse condizioni meteo, a giudizio della guida.

Adulti € 25,00 – Da 12 a 14 anni € 15,00 compresa la fornitura di racchette da neve - Pranzo al sacco
Iniziativa organizzata da privato. Iscrizioni entro le ore 10.00 del giorno precedente tel. 340.7085371

ZUMBA FITNESS 🧘‍♀️

Con la Zin Fabiana.

L'allenamento a ritmo di musica più divertente che c'è!

Partecipazione gratuita. Palestra comunale – Dalle ore 17.00 alle ore 18.00

Domenica 6 gennaio

WINTER NORDIC WALKING 🧘‍♀️

Ritrovo con l'istruttrice Tony LANDI alle ore 9.30 - Iscrizione entro le ore 17.00 del giorno precedente

Tel. 347.3200152. Per i dettagli si rimanda all'ultima pagina *

Sabato 9 febbraio

RAQUETTES GOURMANDES 🌲

Una piacevole escursione notturna con racchette da neve nel bosco di Lavesé, con cena alla scoperta della gastronomia valdostana e dei prodotti del territorio presso l'Ostello.

L'attività verrà condotta da Flavio Mario Dalle, Guida Escursionistica Naturalistica, in possesso delle qualifiche di International Mountain Leader UIMLA e Osservatore Nivologico A.I.Ne.Va.

Per adulti e ragazzi dai 10 anni. N. partecipanti: min. 6 adulti – max 15

Ritrovo con la guida alle ore 17.00 – Luogo da concordare con la guida

Tempo di percorrenza stimato: 3 ore circa, andata e ritorno

Dislivello max 300 metri - Difficoltà E (escursionistica)

È richiesto un abbigliamento comodo e caldo sovrapponibile, guanti e berretto, scarponi o pedule da montagna (no monboot). Ai partecipanti verranno fornite racchette e bastoncini.

L'attività potrà subire modifiche o annullamenti anche in corso di svolgimento, per motivi di sicurezza o avverse condizioni meteo, a giudizio della guida.

Adulti € 20,00 – Da 10 a 14 anni € 10,00 compresa la fornitura di racchette da neve.

Costo della cena € 20,00 (adulti e bambini)

Iniziativa organizzata da privato. Iscrizioni entro le ore 10.00 del giorno precedente tel. 340.7085371

Mercoledì 20 febbraio

CLAIR DE LUNE 🌲

Una meravigliosa escursione con racchette da neve in compagnia della luna piena per scoprire il nostro territorio e la gastronomia. L'attività verrà condotta da Flavio Mario Dalle, Guida Escursionistica Naturalistica, in possesso delle qualifiche di International Mountain Leader UIMLA e Osservatore Nivologico A.I.Ne.Va.

Per adulti e ragazzi dai 10 anni. N. partecipanti: min. 6 adulti – max 15

Ritrovo con la guida alle ore 17.00 presso l'ufficio turistico di Torgnon

Tempo di percorrenza stimato: 2h30 circa, andata e ritorno

Dislivello max 200 metri - Difficoltà E (escursionistica)

È richiesto un abbigliamento comodo e caldo sovrapponibile, guanti e berretto, scarponi o pedule da montagna (no monboot). Richiesta pila a mano o frontale.

Ai partecipanti verranno fornite racchette e bastoncini.

L'attività potrà subire modifiche o annullamenti anche in corso di svolgimento, per motivi di sicurezza o avverse condizioni meteo, a giudizio della guida.

Adulti € 20,00 – Da 10 a 14 anni € 10,00 compresa la fornitura di racchette da neve.

Costo della cena € 20,00 (adulti e bambini)

Iniziativa organizzata da privato. Iscrizioni entro le ore 10.00 del giorno precedente tel. 340.7085371

Domenica 24 febbraio

WINTER NORDIC WALKING 🚰

Ritrovo con l'istruttrice Tony LANDI alle ore 9.30 - Iscrizione entro le ore 17.00 del giorno precedente
Tel. 347.3200152. Per i dettagli si rimanda all'ultima pagina *

Domenica 3 marzo

WINTER NORDIC WALKING 🚰

Ritrovo con l'istruttrice Tony LANDI alle ore 9.30 - Iscrizione entro le ore 17.00 del giorno precedente
Tel. 347.3200152. Per i dettagli si rimanda all'ultima pagina *

Domenica 10 marzo

WINTER NORDIC WALKING 🚰

Ritrovo con l'istruttrice Tony LANDI alle ore 9.30 - Iscrizione entro le ore 17.00 del giorno precedente
Tel. 347.3200152. Per i dettagli si rimanda all'ultima pagina *

NAVETTA

- vacanze di Natale: dal 26 dicembre al 6 gennaio

- tutti i weekend fino al 31 marzo

- periodo di Carnevale: dal 23 febbraio al 10 marzo

Orario: 8.45 - 17.15

Servizio a chiamata: Tel. 334.1540146

Tariffe: servizio gratuito su tutto il territorio di Torgnon / tratta Torgnon - Antey-Saint-André: € 2,00 a corsa
Gratuito per i bambini fino a 8 anni

BIBLIOTECA COMUNALE

Frazione Mongnod 4 – Tel. 0166.540213

Mercoledì 14.00 – 17.00 / Giovedì 13.30 – 17.30 / Venerdì 15.00 – 19.00 / Sabato 14.00 – 18.00

MUSÉE PETIT MONDE

Ingresso libero nei mesi di luglio e agosto.

Negli altri mesi apertura su prenotazione per visite collettive (minimo 8 persone - € 1,00 a persona).

Info: Ufficio Turistico tel 0166.540433 info@torgnon.net - Biblioteca tel 0166.540213

biblioteca@comune.torgnon.ao.it

www.petitmonde.torgnon.org/

E-BIKE

Le **mountain bike e fat bike** a pedalata assistita sono messe a disposizione dal Comune di Torgnon presso il **Bar Ristoro Champs de la Cure** tutti i giorni dalle 9.00 alle 12.00 e dalle 14.00 alle 17.00

Rimborso forfetario spese manutenzione: MTB mezza giornata € 10,00 / giornata intera € 20,00 -

Fat bike mezza giornata € 15,00 / giornata intera € 30,00. Per l'utilizzo si richiede un documento e una cauzione di € 50,00 a bici. Non si accettano prenotazioni telefoniche ma solo in loco con pagamento anticipato. Info: Champs de la Cure tel. 333.4321005

Le fat bike potranno percorrere i tracciati per racchette da neve.

È assolutamente vietato percorrere le piste di fondo e di discesa.

Il servizio rientra nel quadro del progetto transfrontaliero TourScience *Développement d'un éco-tourisme scientifique durable autour du Mont Blanc et en Vallée d'Aoste* cofinanziato dal Programma INTERREG Italia Francia ALCOTRA 2014 - 2020. Info: ufficio turistico tel. 0166.540433.

NORDIC WALKING

Il Nordic Walking è uno sport per tutti, praticabile all'aria aperta, in tutte le stagioni. Apporta importanti benefici psico-fisici: fa bene al cuore e alla circolazione, rafforza braccia e spalle, migliora la postura, tonifica glutei e addominali... Istruttori:

- Carmen Corgnier tel. 347.6437735 - carmen.nordicwalking@gmail.com

- Tony Landi tel. 347.3200152 - guruoenig@gmail.com

- Giovanni Mairani tel. 335.5991090 - mairani.nordicwalking@gmail.com

*** WINTER NORDIC WALKING** (nelle date in calendario e su richiesta)

Il Nordic Walking, anche nella sua versione invernale di Winter nordic walking, può essere considerato una delle attività sportive (alla portata di tutti) più complete in assoluto. Adottando una tecnica corretta si riesce ad avere un elevato coinvolgimento muscolare ed un efficace lavoro cardiocircolatorio ottenendo enormi benefici per la propria salute.

Per adulti e ragazzi dai 10 anni

Ritrovo con l'istruttrice Tony LANDI alle ore 9.30 presso l'ufficio turistico di Torgnon o altra località (area picnic o arrivo telecabina), che verrà comunicata all'atto della prenotazione.

Durata stimata: 2 ore

N. partecipanti: min. 3 persone – max. 15

Quota: da 10 a 15 euro secondo il numero dei partecipanti

Si consiglia abbigliamento comodo, scarpe da ginnastica o pedule, a seconda dell'innnevamento presente.

Ai partecipanti verranno forniti gli appositi bastoncini ed eventualmente ramponcini da applicare sotto le scarpe.

Iniziativa organizzata da privato. Iscrizione obbligatoria entro le ore 17.00 del giorno precedente al n.

347.3200152

SALA GIOCHI - FESTE DI COMPLEANNO...

Merenda e giochi a *Champs de la Cure*: crêpes e bevande calde, con possibilità di usufruire della sala giochi, calciobalilla gratuito... e giochi di società da 1 a 99 anni!

Info tel. 333.4321005

CENE CON SALITA IN MOTOSLITTA

Durante tutta la stagione, su prenotazione presso i ristoranti di Chantorné:

AlpeGorza - Tel. +39 347.8347267

Des Troncs - Tel. +39 340.7993856 / 335.5950673

La Montanara - Tel. +39 347.4998137 / 339.1292557

Les Montagnards - Tel. +39 338.7146920 / 347.2175181

Info: ufficio turistico
tel. 0166.540433 www.torgnon.org