ESTATE 2020

NELLA VALLE DI COGNE PER UN'ESTATE IN NATURA

Vita all'aria aperta, tradizioni, buona cucina, tante attività settimanali: la Valle di Cogne offre molteplici spunti per le vacanze in natura.

La Valle di Cogne si svela e, soprattutto quest'estate, lo fa con tanta energia. Una forza vitale che esplode nei vividi colori del Prato di Sant'Orso in fiore, fino al Massiccio del Gran Paradiso che fa capolino sullo sfondo del paese, mentre le mandrie pascolano negli alpeggi e il Parco Nazionale del Gran Paradiso è animato dei fischi delle marmotte, delle corse dei camosci e delle arrampicate dello stambecco.
Cogne, "perla alpina" di rara bellezza, sposa da sempre la filosofia della "mobilità dolce", per cui ci si dimentica dell'auto appena si arriva e ci si immerge immediatamente in ritmi che sono a misura di tutti, da quelli rilassati a quelli "active" per dedicarsi a svariate attività, dal trekking alla mountain bike, dall'escursionismo al nordic walking, all'equitazione e alla pesca.
E immancabile, ritorna anche per la stagione estiva 2020, in modo ridimensionato e sicuro, il programma ***E-state in Natura*** con un calendario di attività giornaliere, che si ripetono settimanalmente, valido ***fino al 30 agosto.***

Si inizia all'insegna del relax e della *Cura del Sé*, il *lunedì* mattina, con esercizi all'aria aperta accompagnati dai consigli di un fisioterapista, mentre nel pomeriggio si scopre la tecnica del *Shinrin-yoku*, un nuovo modo di vivere la natura in stretta connessione con essa, attraverso un *Forest bathing* in cui tutti i 5 sensi vengono sollecitati. Protagonista del *martedì* invece la MTB con pedalata assistita, alla scoperta dei villaggi della Valle in modalità slow. Si prosegue nella settimana – *mercoledì* – per dedicarsi all'arrampicata e al free climbing, per principianti ed esperti, concentrandosi ad allenare l'equilibrio tra mente e corpo, mentre sotto l'albero centenario del dott. Grappein, storico personaggio cognein che fu medico e illuminato amministratore del paese, si scopre la storia di Cogne tra curiosità e leggende. Per il *giovedì*, cimentandosi nella ***pedalata del minatore***, si arriva in MTB ***alla miniera di magnetite*** di Cogne (tra le più alte d'Europa), per poi proseguire la visita in un viaggio a ritroso nel tempo tra gallerie e impianti originali tutti da scoprire. La visita alle miniere è inoltre possibile anche tutti gli altri giorni, per gruppi ristretti, alle ore 14, tranne il giovedì, alle ore 10.30. Nel pomeriggio del giovedì il programma porta a Lillaz per ammirare le sue incantevoli cascate.

Il ***venerdì*** si arriva a Pila in pedalata assistita mentre nel ***weekend*** si parte dal risveglio muscolare con il nordic walking all'ascolto delle leggende attorno al castello di *Tarambel*, dall'apprendere i segreti per scatti fotografici d'autore in natura a conoscere gli itinerari meno conosciuti e battuti della Valle.

Le attività proposte hanno tariffe gratuite, o parzialmente gratuite, per chi alloggia negli hotel partner del progetto; oppure tariffe scontate per gli ospiti muniti di *Carta Amico di Cogne*, rilasciata dagli hotel della Valle.

Il calendario si arricchisce inoltre di escursioni guidate, come l'ascensione al Gran Paradiso da Valsavarenche con pernottamento in rifugio la notte prima, o alla scoperta del bosco incantato di Sylvenoire. Ritornano i consueti *incontri filosofici* e, novità 2020, il ***salotto della montagna***, attivo dalle 17.30 in piazza Chanoux, per i consigli *live* delle Guide Alpine su sentieri e percorsi meno conosciuti.
Alcune variazioni e adattamenti per quanto riguarda eventi noti, come **MusiCogne – Musiche di Legno**, un festival in cui la musica si intreccia a momenti a sfondo culturale: il ***24 luglio*** e il ***7 agosto*** si potrà assistere a delle "pillole" musicalculturali.

Il tanto atteso ***Gran Paradiso Film Festival***, festival del cinema naturalistico giunto alla 23ma edizione, quest'anno cambierà veste, con proiezioni online e in presenza, all'aperto, suddividendosi su più date e località del Parco Nazionale Gran Paradiso: il tutto ha inizio il 28 luglio a *Introd*, poi il 30 luglio a *Villeneuve* e il 2 agosto ad *Aymavilles* proseguendo poi a *Rhêmes-Saint-Georges* (18 agosto), *Rhêmes-Notre-Dame* (7, 14 e 21 agosto) e a ***Cogne (6, 13, 20, 21 e 22 agosto).*** La premiazione si terrà invece, ancora live, sabato 22 agosto presso il *Villaggio Minatori* di Cogne.

Con grande entusiasmo, Cogne si appresta ad ospitare ***sabato 1 agosto*** - alle ore 16 al belvedere di Gimillan – una delle quattro tappe musicali della manifestazione ***Aosta Classica,*** che quest'anno diventa itinerante, per toccare i "quattro 4.000". Le altre date: 30 luglio a Courmayeur, il 31 ad Ayas, il 2 agosto a Cervinia.

L'anfiteatro naturale della piazza municipale ospiterà inoltre il ***6 agosto*** alle ***ore 17.00,*** l'appuntamento con l'enogastronomia regionale ***Non Solo Show Cooking***, preceduto sin dalla mattina, dal mercatino dei prodotti agroalimentari, organizzato in collaborazione con Coldiretti, in un'ottica di valorizzazione integrata del territorio nel suo insieme.

Sabato 15 agosto, i prodotti tipici lasciano spazio alle armonie del giovane pianista e compositore valdostano *David Cerquetti* con **"Les Héros en blanc",** un evento che, attraverso le sue note musicali, intende evocare un forte messaggio di Speranza, Tenacia e Rinascita.

Info: http://www.cogneturismo.it

I calendari dell'estate a Cogne sono scaricabili a questo link:
http://www.cogneturismo.it/notizie.asp?id=97&l=1&n=1&nid=429

Immagini in alta risoluzione:

https://www.dropbox.com/sh/lk5lifvezepcixd/AADJkJ7tiE9eTGsOiJ5RoEDKa?dl=0

Il ***Consorzio Operatori Turistici Valle di Cogne*** nasce nel 2004 per svolgere le attività di promozione e marketing turistico del territorio compreso nella Valle di Cogne. Attraverso una vasta gamma di strutture associate ed in stretta sinergia con l'Amministrazione Comunale, il Consorzio progetta e realizza eventi finalizzati alla promozione del patrimonio naturalistico, storico e culturale del territorio associati ad una serie di offerte promozionali. Il Consorzio si propone come punto di riferimento dell'ospitalità locale, offrendo inoltre un'assistenza diretta nell'organizzazione del soggiorno in loco attraverso soluzioni vantaggiose.

Ufficio Stampa:

ABC PR Consulting
Via L. Castelvetro, 33 – 20154 Milano – Tel 02 83527768
Web: www.abc-prc.com – Email: info@abc-prc.com
Facebook: ABC PR Consulting
Twitter Facebook Pinterest
Maria Vittoria Ambrosioni – mv.ambrosioni@abc-prc.com – Tel. 335 1738475
Elena Crepaz – e.crepaz@abc-prc.com – Tel. 349 2827093