

1-Itinerario Turistico (Ogni MERCOLEDÌ/ on WEDNESDAYS/ jeden MITTWOCH)

## LIDO DI BUCCIONE – PELLA



Passeggiata lungo l'incantevole sponda occidentale del lago d'Orta fra canneti, **rive nascoste e scorci suggestivi** dell'isola di S. Giulio. Il percorso non presenta difficoltà essendo quasi totalmente pianeggiante; è possibile fermarsi per un bagno rinfrescante nelle chiare acque del lago (in questo caso non dimenticate il costume da bagno!) e uno spuntino in uno dei chioschi sulla spiaggia prima di raggiungere Pella; da qui la traversata in barca verso Orta durerà circa 20 min.



Pleasant walk on the west side of the lake of Orta through cane thickets, **hidden shores and charming views** of the island of San Giulio. The trail is not difficult being almost totally flat; if you wish to have a refreshing swim in the clear waters of the lake don't forget your swimsuit! After a stop for a sandwich in a kiosk on the beach we will reach Pella and return to Orta by boat in almost 20 minutes.



Angenehmen Spaziergang entlang dem westlichen Ufer des Lago d'Orta im Schilf, **versteckte Küste und malerische Aussicht** auf die Insel S.Giulio. Die Strecke ist nicht schwierig, da sie fast völlig flach ist. Für ein erfrischendes Bad im klaren Wasser des Sees vergessen Sie nicht Ihre Badesache! Nach einem Halt um etwas zu essen in einem Kiosk am Strand werden wir Pella erreichen. Rückkehr von Pella nach Orta mit dem Schiff in etwa 20 Minuten.

Tempo di percorrenza/travel time/Reisezeit: 3h (7 km)

Orario di partenza/departure time/Abfahrtszeit: 10 am

Luogo di ritrovo/meeting place/Treffpunkt: Villa Crespi – partenza pulmino per Lido di Buccione (10 min)/ bus to Lido di Buccione (10min)/ Bus nach Lido di Buccione (10min)

Orario di rientro/return time/Rückkehr Zeit: 4 pm

Difficoltà/difficulty/Schwierigkeit: T (facile/easy/leicht)

L'escursione è GRATUITA e si svolge nell'ambito di un tirocinio formativo finanziato dalla provincia del Verbano-Cusio-Ossola/the excursion is FREE OF CHARGE and takes place within a training financed by the province of Verbano-Cusio-Ossola/der Ausflug ist KOSTENLOS und erfolgt innerhalb einer Ausbildung von der Provinz Verbano-Cusio-Ossola finanziert.

Per informazioni e adesioni contattare Elena Bonzanini Accompagnatore Naturalistico 335 6854915 oppure Hotel S.Caterina 0322 915875./For information and registration please call Elena Bonzanini Nature Guide 335 6854915 or Hotel S.Caterina 0322 915875/Für Informationen und Anmeldung rufen Sie bitte Elena Bonzanini Naturführer 335 6854915 oder Hotel S.Caterina 0322 915875 an.

2- Itinerario Naturalistico (ogni LUNEDÌ/on MONDAYS/jeden MONTAG)

## COIROMONTE – M.FALO'



Con soli 270 m di dislivello si raggiunge la cima del M. Falò (1080 m) localmente detto Le Tre Montagnette, ovvero tre punte consecutive molto panoramiche dalle quali possiamo ammirare sia il lago Maggiore che il lago d'Orta. Il primo tratto di sentiero su strada sterrata attraversa un bosco di latifoglie; usciti dal bosco, in vista delle tre montagnette, il sentiero prosegue in mezzo ad una immensa distesa di felci che ci accompagnano fino alla cima. Al ritorno ci fermeremo presso l'azienda agricola Lavarini di Coiromonte per assaggiare salumi e formaggi locali. Nel pomeriggio il percorso prosegue in discesa per circa 1 ora e mezza attraverso meravigliose faggete e piccoli torrenti fino a raggiungere l'abitato di Armeno dove un pulmino ci riporterà a Orta.



With only 270 vertical meters we reach the top of the Monte Falò (1080m) locally known as Le Tre Montagnette, that is, three very panoramic peaks in a row from where you can enjoy a **wide view of the lakes** Maggiore and Orta. The first section of the path goes through a deciduous wood; then, at the end of the wood, it continues towards an immense sea of ferns till the top. On our way back we will stop have at the Lavarini farm in Coiromonte and have a taste of local salami and cheese. In the afternoon the excursion goes downhill through beautiful beech woods and small streams until we reach the village of Armeno in 1 hour and a half walk. Here a bus will take us back to Orta.



Mit nur 270 Höhenmetern erreicht man den Gipfel des Monte Falò (1080m), lokal bekannt als Le Tre Montagnette, oder, drei Spitzen in einer Reihe, die uns ein **wunderbares Panorama** auf den Seen Maggiore und Orta bieten. Der erste Abschnitt der Schotterstrasse läuft durch einen Laubwald; aus dem Wald führt der Weg in der Mitte eines riesigen Meer von Farn, die uns bis an die Spitze begleiten. Zurückkehren werden wir auf dem Bauernhof Lavarini in Coiromonte stoppen um lokal Fleisch und Käse zu probieren. Am Nachmittag geht die Tour nach unten durch schöne Buchenwälder und kleine Bäche; in einer Stunden und einem halben Fuß erreichen wir das Dorf von Armeno; hier der Bus bringt uns wieder nach Orta.

Tempo di percorrenza/travel time/Reisezeit: 5h

Orario di partenza/departure time/Abfahrtszeit: 10 am

Luogo di ritrovo/meeting place/Treffpunkt: Villa Crespi – partenza pulmino per Coiromonte (10 min)/ bus to Coiromonte (10min)/ Bus nach Coiromonte (10min)

Orario di rientro/return time/Rückkehr Zeit: 4 pm

Difficoltà/difficulty/Schwierigkeit: E (facile/easy/leicht)

3-Itinerario Artistico (ogni VENERDI'/on FRIDAYS/jeden FREITAG)

## SACRO MONTE DI ORTA



Un percorso intessuto di arte, fede e natura che ci porta alla scoperta del Sacro Monte dedicato a S. Francesco d'Assisi e che nel 2003 è stato dichiarato **patrimonio dell'umanità** dall'UNESCO. La vita del santo è illustrata in XX cappelle:



The tour winds through art, faith and nature and leads us to discover the Sacro Monte which was dedicated to S. Francesco di Assisi and declared by UNESCO “**World Patrimony of the Humanity**” in 2003. The life of the saint is shown in 20 chapels:



Ein Weg zwischen Kunst, Glaube und Natur führt uns zu der Entdeckung des Sacro Monte von Orta, der des Lebens des heiligen Franziskus von Assisi gewidmet ist. Im Jahr 2003 hat die UNESCO den Sacro Monte von Orta zum **Weltkulturerbe** erklärt. Das Leben des Heiligen ist in 20 Kapellen gezeigt:

I – La nascita di San Francesco/Birth of St. Francis/Geburt des hl. Franziskus

II – Il crocifisso parla a San Francesco nella chiesa di San Damiano/The Crucifix speaks to St. Francis in the church of St Damiano/Das Kruzifix der Kirche S. Damiano spricht zum hl. Franziskus.

III – San Francesco rinuncia ai beni terreni /St. Francis renounces his worldly goods/Der hl. Franziskus verzichtet auf die irdischen Güter.

IV – San Francesco ascolta la messa/St. Francis listens to the Mass/Der hl. Franziskus hört der Messe zu.

V – I primi seguaci prendono l’abito/The first followers take the habit/Einkleidung der ersten Nachfolger.

VI – San Francesco esorta i seguaci alla predicazione/St. Francis sends his first disciples out to preach/ Die Nachfolger vollbringen die ersten Wunder.

VII – Papa Innocenzo III approva la regola/Pope Innocenzo III gives his approval to the order/ Die Bestätigung der Klosterregel durch den Papst Innozenz III.

VIII – San Francesco appare ai frati su un carro di fuoco/ St. Francis is seen by the friars on a chariot of fire/ Der hl. Franziskus fährt auf einem Feuerwagen in den Himmel.

IX – Vestizione di Santa Chiara/ St. Clare takes the veil/ Die Einkleidung der hl. Chiara

X – Vittoria di S. Francesco sulle tentazioni/St. Francis’ victory over temptation/Der hl. Franziskus überwindet die Versuchungen.

XI – San Francesco ottiene da Gesù il privilegio dell’indulgenza della Porziuncola/Francis receives from Jesus the privilege of indulgence of the Porziuncola/ Jesus gewährt in der Portiunkola Kapelle dem verzückten hl. Franziskus den Ablass.

XII – Cristo approva la regola francescana/Christ approves the Franciscan order/ Göttliche Anerkennung der Franziskanerregel.

XIII – San Francesco ignudo per le vie di Assisi/St. Francis is led naked through the streets of Assisi/Der hl. Franziskus läßt sich nackt durch die Straßen Assisis führen.

XIV – San Francesco dal sultano d’Egitto/St. Francis before the sultan of Egypt/Der hl. Franziskus for dem ägyptischen Sultan.

XV – San Francesco riceve le stigmata sul monte Verna/ St. Francis receives the stigmata On Monte Verna/ Der hl. Franziskus empfängt auf dem Berg Verna die hl.Wundmale.

XVI – Ritorno di San Francesco ad Assisi/St. Francis returns to Assisi/Der hl. Franziskus kehrt nach Assisi zurück.

XVII – Agonia e morte di San Francesco/The death of St. Francis/ Todd es hl. Franziskus

XVIII – Venerazione del sepolcro di San Francesco/A bishop at the Saint’s tomb/Ein Bishof am Grab des Heiligen.

XIX – I miracoli sul sepolcro del Santo/ The miracles On the Saint’s tomb/Die Wunder am Grab des Heiligen.

XX – Canonizzazione di San Francesco/The canonisation of St. Francis/Seligspredung des hl. Franziskus.