

Arenzano, sabato e domenica torna la “Mare e monti”: due giorni di marcia tra sport e natura

di **Redazione**

05 Settembre 2012 - 13:28



Arenzano . Giunge quest'anno alla 28° edizione la marcia a passo libero Mare e Monti, patrocinata dalla Regione Liguria, che ha lanciato Arenzano nel mondo del walking.

Lo fa con un nuovo percorso e nuovi eventi previsti per sabato 8 e domenica 9 settembre. Quest'anno sarà possibile percorrere ponte Negrone, lungo la mulattiera dell'antichissimo acquedotto che si inoltra nelle valli dei torrenti Lerone e Negrone. Inoltre al centro ornitologico del Vacca' i più piccoli potranno provare l'emozione dell'avventura con le attività scout previste per conquistare al cammino anche i più giovani.

Gli eventi Mare e Monti saranno aperti, anche quest'anno, venerdì 7 settembre con la gara di fondo organizzata dalla Half Marathon, con la partecipazione di Gelindo Bordin e, per la prima volta, la Kids Run, corsa per bambini dagli 8 ai 12 anni, in programma subito dopo la partenza della “mezza”. La Mare e Monti 2012 introduce sui percorsi costieri della Riviera del Beigua il “nordic walking”, per sviluppare il concetto del walking for fitness, introdotto anni fa dai fratelli Damilano, applicata nella riabilitazione cardiologica.

Seguiranno percorsi in mongolfiera, mentre i pescatori della “Vecchia Arenzano”, con i propri gozzi, offriranno vedute dal mare e poi spettacoli affidati alle associazioni culturali di Arenzano e l'immancabile gulash di Tata. Le iscrizioni si fanno direttamente sul sito www.maremontiarenzano.org

