

CORSI

PUNTI DI VISTA

IMPARARE A FOTOGRAFARE CON PERSONALITÀ

Un corso di fotografia ma al tempo stesso un'escursione, che unisce l'amore per il camminare nella natura con il desiderio di scattare belle immagini dell'esperienza vissuta. Un'uscita di un'intera giornata e una lezione in aula virtuale per analizzare le foto scattate, assieme ad una fotografa professionista.

12 SETTEMBRE

FORESTA DEI CORNI DI CANZO

10 OTTOBRE

IL SENTIERO DEL VIANDANTE

24 OTTOBRE

LA VAL DI MELLO

1 NOVEMBRE

MORTERONE

#corsiNatura

Corsi di varie discipline per chi vuole imparare stando all'aria aperta, fuori da sale e aule, immersi totalmente nella natura. Iniziativa in partnership con la mental coach Sabrina Zanino.

SABATO 17 OTTOBRE

COME TI PARLI?

Come imparare a dialogare con te stesso in modo efficace

Parco delle Cave, Milano.

SABATO 3 OTTOBRE

DOVE VUOI ANDARE?

Come imparare a costruire i tuoi obiettivi e realizzare la vita che desideri

Parco delle Cave, Milano.

SABATO 19 SETTEMBRE

QUANTO TEMPO HAI?

Come imparare a gestire al meglio il tempo a tua disposizione

Parco delle Cave, Milano.

CORSO BASE DI ESCURSIONISMO

Potrai avvicinarti al mondo dell'escursionismo, imparando a programmare e realizzare escursioni sapendo sempre come affrontare gli imprevisti più frequenti.

DAL 7 OTTOBRE

8 lezioni teoriche su piattaforma virtuale il mercoledì sera e 3 uscite pratiche, il sabato.

CONOSCERE I FUNGHI CON IL MICOLOGO

Due corsi, uno di base per neofiti e uno avanzato, in compagnia di un esperto micologo, per conoscere e cogliere i funghi, in sicurezza.

19 SETTEMBRE - 10, 17 E 31 OTTOBRE

Quattro uscite di intera giornata, in parchi naturali.

WEEKEND - CORSO DI RICONOSCIMENTO TRACCE

Due giornate in Alta Val Seriana alla ricerca degli animali che abitano queste montagne. Capiremo quanto è affascinante incontrare un animale senza vederlo e scopriremo i metodi di monitoraggio indiretti per la tutela delle specie montane.

DOMENICA 29 NOVEMBRE

E DOMENICA 13 DICEMBRE

CORSO RICONOSCIMENTO TRACCE

A caccia... di tracce!

Difficoltà 



LA CA' GRANDA E LE SUE CASCINE

Storia e storie dal 1456

Scopri l'immenso patrimonio rurale della Ca' Granda: terreni agricoli, corsi d'acqua, cascine storiche e chiese, tutte donazioni che l'Ospedale Maggiore di Milano ha ricevuto dal 1456.

Partecipa alle escursioni a piedi o in bicicletta proposte da Four Seasons Natura e Cultura, promosso con la Fondazione Patrimonio Ca' Granda e Telelombardia, per riscoprire il grande valore storico, culturale e naturalistico di queste terre.



Un progetto di:



Fondazione
Patrimonio
Ca' Granda



Le nostre guide sono iscritte ad AIGAE, Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche. Un marchio di qualità che garantisce professionalità, passione, competenza e sicurezza.



Four Seasons Natura e Cultura è socio di AITR, Associazione Italiana Turismo Responsabile, di cui condivide i principi che applica a tutti i propri viaggi.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA
ADERISCE A:



THE CODE
Organizzazione mondiale contro il turismo sessuale e l'abuso sui minori



AIAT, Associazione Italiana Agenti di Viaggio, aderendo al Codice di Autoregolamentazione delle Imprese Turistiche

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI

 segreteria.milano@fsnc.it

 **MILANO 02 7063 4800**

c/o Cascina Cuccagna
via Cuccagna 4, 20135 Milano

SCOPRI IL DETTAGLIO DI TUTTE LE NOSTRE PROPOSTE SU www.fsnc.it
www.viagginaturaecultura.it

È possibile prenotare le escursioni fino alle ore 13.00 del giorno prima e i weekend fino ad una settimana prima della partenza. Ogni nostra proposta è unica e speciale: il costo delle uscite di una giornata è generalmente di €15,00, ma potrai trovare in calendario anche proposte dal costo differente, informati in segreteria.

SETTEMBRE/DICEMBRE 2020

ESCURSIONI, TREKKING E WEEKEND
TRA NATURA E CULTURA

PERCORSI DI SCOPERTA

NORD ITALIA



FOUR SEASONS NATURA E CULTURA

CURIOSI DI NATURA, VIAGGIATORI PER CULTURA

www.fsnc.it
www.viagginaturaecultura.it





FOUR SEASONS NATURA E CULTURA

Un lungo viaggio, insieme a voi

In questi anni ne abbiamo fatta di strada, insieme: abbiamo iniziato ad organizzare e guidare viaggi ed escursioni nel 1993!

Oggi **FOUR SEASONS NATURA E CULTURA** è il punto di riferimento italiano nel turismo escursionistico, naturalistico e culturale, grazie al supporto di quanti continuano a scegliere di camminare e viaggiare con noi.

Questo sarà un anno ricco di proposte escursionistiche, weekend, corsi ed eventi speciali. Un fitto calendario per trascorrere con noi il vostro tempo libero. Continuate a camminare con noi, in modo diverso e soprattutto consapevole: l'amore per la natura è, e sarà sempre, il nostro impegno più grande.

Vieni a camminare con gli Orsi!

Cammina con **FOUR SEASONS NATURA E CULTURA** per scoprire la magia dei territori insieme a persone che condividono i nostri stessi interessi e valori. Ogni escursione è studiata nei minimi dettagli, per valorizzare al massimo l'esperienza di chi cammina con noi. Le nostre guide professioniste vi accompagnano sempre in piccoli gruppi, per rimanere in ascolto degli ambienti attraversati.

Scopri il calendario delle nostre **Escursioni giornaliere**: ne troverai per tutti i gusti e per tutti i livelli di difficoltà; preparati ad ammirare con occhi nuovi delle autentiche meraviglie, spesso a due passi dalla tua città! **Partecipa ai nostri Weekend**, per staccare davvero la spina dalla routine e dedicarti una vera pausa all'insegna di trekking, natura, scoperta, buona tavola e divertimento in compagnia: la ricetta ideale per stare bene e affrontare al massimo una nuova settimana!

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA
CURIOSI DI NATURA, VIAGGIATORI PER CULTURA

ESCURSIONI

SETTEMBRE

SABATO 12
FORESTA DEI CORNI DI CANZO
Raccontare un'escursione con gli occhi della fotocamera
Difficoltà
Dist. 450 mt - Lung. 8 km

SABATO 12
VAL SERIANA IN FATTORIA
Da Fiorano al Serio fino alla Vittoria's farm, scoprendo le tradizioni locali
Difficoltà
Dist. 300 mt - Lung. 10 km

DOMENICA 13
OASI CA' GRANDA DI MORIMONDO
La biodiversità a due passi dalla città
Difficoltà
Dist. nullo - Lung. 10 km

DOMENICA 13
VAL MASINO: IL RIFUGIO OMIO
Nel regno del granito
Difficoltà
Dist. 920 mt - Lung. 14 km

WE / VENERDÌ 11 - SABATO 12 - DOMENICA 13
PARCO NAZIONALE GRAN PARADISO
Natura e storia mineraria nel versante valdostano del Parco
Difficoltà

SABATO 19
VAL DOSSANA
Sulle tracce dei minatori
Difficoltà
Dist. 600 mt - Lung. 10 km

SABATO 19
OASI CA' GRANDA DI MIRASOLE
In campagna tra cascine e roncole
Difficoltà
Dist. nullo - Lung. 6 km

DOMENICA 20
LA EST DEL ROSA
Una magnifica Parete Hymaliana
Difficoltà
Dist. 720 mt - Lung. 8 km

SABATO 26
LA MAGIA DELL'ALPE DEVERO
L'anello dei laghi di Sangiatio
Difficoltà
Dist. 540 mt - Lung. 14 km

SABATO 26
OASI CA' GRANDA VALLE DELL'ADDA
Lungo l'Adda in bicicletta, sulle sponde del Lago Gerundo
Difficoltà
Dist. nullo - Lung. 35 km

DOMENICA 27
OASI CA' GRANDA DI MORIMONDO
Le Cascine e l'agricoltura
Difficoltà
Dist. nullo - Lung. 8 km

DOMENICA 27
IL DISGRAZIA DAL GRANDE CAMERINI
The North Face
Difficoltà
Dist. 900 mt - Lung. 14 km

OTTOBRE

VENERDÌ 02
OASI CA' GRANDA DI MORIMONDO
La luna piena e i misteri della notte
Difficoltà
Dist. nullo - Lung. 4 km

SABATO 03
IL MONTE CROCE CON VISTA SUL LAGO D'ENDINE
Trekking e visita naturalistica in fattoria a tema idrogeologico-ecologico
Difficoltà
Dist. 350 mt - Lung. 8 km

SABATO 03
OASI CA' GRANDA DI MIRASOLE
In campagna tra storie e tradizioni legate al ciclo della natura
Difficoltà
Dist. nullo - Lung. 6 km

DOMENICA 04
MONTISOLA
La montagna sull'isola nel lago
Difficoltà
Dist. 450 mt - Lung. 12 km

DOMENICA 04
L'AREA PROTETTA DEL MONT AVIC
Nella terra dei pini uncinati
Difficoltà
Dist. 780 mt - Lung. 15 km

SABATO 10
ALAGNA E IL MONTE ROSA
Ai piedi di un colosso
Difficoltà
Dist. 600 mt - Lung. 7 km

SABATO 10
MALGA LUNGA
Luoghi resistenti tra due laghi
Difficoltà
Dist. 850 mt - Lung. 15 km

SABATO 10
IL VIANDANTE... FOTOGRAFATO!
Il Sentiero del Viandante da scorpire con l'obiettivo fotografico
Difficoltà
Dist. 450 mt - Lung. 9 km

DOMENICA 11
VAL MASINO SELVAGGIA
Anello Alpe Granda - San Quirico - Sasso Bisolo
Difficoltà
Dist. 1000 mt - Lung. 12 km

DOMENICA 11
LA VAL BOGNANCO... ESISTE?
Da Domodossola al confine italo-svizzero
Difficoltà
Dist. 520 mt - Lung. 11 km

SABATO 17
VALLE IMAGNA
Al cospetto dei signori della valle
Difficoltà
Dist. 600 mt - Lung. 12 km

WE / SABATO 17 - DOMENICA 18
EVENTO SPECIALE - WEEKEND IN CASCINA
Due giorni di eventi e attività nell'Oasi di Mirasole
Difficoltà

DOMENICA 18
VALLE DI CHAMPORCHER
Nella conca del Dondena
Difficoltà
Dist. 770 mt - Lung. 12 km

DOMENICA 25
OASI CA' GRANDA DI MORIMONDO
L'acqua e le marcite, risorse fondamentali in agricoltura
Difficoltà
Dist. nullo - Lung. 15 km

DOMENICA 25
VALLE ROSSA E VITTORIA'S FARM
L'arancione delle faggete d'autunno
Difficoltà
Dist. 300 mt - Lung. 8 km

SABATO 31
VAL REZZO E CIMA DI FIORINA
Il contrasto di due mondi
Difficoltà
Dist. 1000 mt - Lung. 12 km

NOVEMBRE

DOMENICA 01
VALLE DEL GRU
Il fascino dell'acqua e dei paesaggi
Difficoltà
Dist. 500 mt - Lung. 10 km

DOMENICA 01
VALLE DEL FERRO
Una perla della selvaggia Val Masino
Difficoltà
Dist. 700 mt - Lung. 9 km

SABATO 07
VALLE CAMONICA
Colori d'autunno e panorami fra Stelvio e Adamello
Difficoltà
Dist. 450 mt - Lung. 9 km

DOMENICA 08
PARCO NAZIONALE VAL GRANDE
L'area wilderness più grande d'Italia
Difficoltà
Dist. 490 mt - Lung. 9 km

SABATO 14
LAGO DEL BRANCHINO
Alla scoperta del Sentiero Valcanale
Difficoltà
Dist. 750 mt - Lung. 12 km

DOMENICA 15
OASI CA' GRANDA DI MORIMONDO
L'estate di San Martino
Difficoltà
Dist. nullo - Lung. 8 km

GIOVEDÌ 15
ANGOLI NASCOSTI DI VAL VERTOVA
Anello al cospetto del Monte Cavlera
Difficoltà
Dist. 800 mt - Lung. 11 km

DOMENICA 15
PARCO DI MONZA
Storia e natura del parco cittadino tra i più grandi d'Europa
Difficoltà
Dist. nullo - Lung. 10 km

DOMENICA 22
LA LINEA CADORNA AL MONTE ORSA
Museo all'aperto della Grande Guerra
Difficoltà
Dist. 560 mt - Lung. 8 km

SABATO 28
ANELLO MONTE BASSETTA - PRATI DELL'O
Panorami e natura fra Valtellina e Valchiavenna
Difficoltà
Dist. 730 mt - Lung. 8 km

DOMENICA 29
SAN PIETRO AL MONTE E BUCO DELLA SABBIA
Segni del passato
Difficoltà
Dist. 450 mt - Lung. 6 km

DICEMBRE

SABATO 05
I PANORAMI DAL MONTE FARNO
La cima simbolo della val Gandino
Difficoltà
Dist. 550 mt - Lung. 7 km

WE / 5-6-7-8
SPECIALE IMMACOLATA
Cinque Terre - Sentieri inediti e panorami sconosciuti
Difficoltà

WE / 5-6-7-8
SPECIALE IMMACOLATA
Sentiero Verde-Azzurro: nelle terre degli antichi Liguri
Difficoltà

SABATO 12
BAGNI DI MASINO - LA FORESTA DEI SASSI
Esplorare una foresta incantata e degustare le prelibatezze locali
Difficoltà
Dist. 200 mt - Lung. 5 km

DOMENICA 13
I FUNGHI DI TERRA E LE GROTTI DI REZZAGO
Tanti elementi, un solo paesaggio
Difficoltà
Dist. 700 mt - Lung. 10 km

DOMENICA 13
OASI CA' GRANDA DI MORIMONDO
Santa Lucia, la festa della luce
Difficoltà
Dist. nullo - Lung. 8 km

DOMENICA 13
SAVOGNO E DASILE
Dove il tempo si è fermato
Difficoltà
Dist. 560 mt - Lung. 8 km

SABATO 19
MONTI LARIANI: CROCIONE E TREZZO
Panorami d'inverno sul Lario
Difficoltà
Dist. 450 mt - Lung. 7 km

DOMENICA 20
L'ANTICO BORGO DI ZAVATTARELLO
La perla dell'Oltrepò Pavese
Difficoltà
Dist. 490 mt - Lung. 8 km

