

maggio
11
12
2024

- FRABOSA SOTTANA
- FRABOSA SOPRANA
- PIANFEI
- ROCCAFORTE M.VÌ
- VILLANOVA M.VÌ

E-bike / MTB / Trekking / Yoga
Equitazione / Boulder / Arrampicata



OFF

● **outdoor Free Festival**

Sport. Per tutti.





Il progetto **OFF** vuole essere un'occasione per tutti di approcciarsi alla **montagna** e ai nostri **territori** praticando **attività sportiva all'aperto**.

L'evento sarà **alla portata di tutti**, includendo attività per giovani e adulti, per neofiti ed esperti, con l'intento di valorizzare tutto quello che la natura ci offre. I cinque comuni dell'**Unione Montana Mondolè** credono fortemente nelle nostre **potenzialità naturalistiche, sportive e turistiche**, e hanno deciso di investire in questa proposta.

Diverse attività, a titolo **promozionale** totalmente **gratuito**, gestite da **professionisti** dei vari settori, per garantire la **massima sicurezza, professionalità** e permetterti di vivere un'esperienza indimenticabile sotto il Mondolè.

OFF ha anche come obiettivo quello di farvi conoscere le **associazioni** e gli **enti** presenti sul territorio, grazie a cui potrete continuare a praticare le varie discipline in tutti i periodi dell'anno.

Spegni i pensieri, accendi la voglia di sport...arriva ●FF!



FRABOSA SOTTANA



FRABOSA SOPRANA



PIANFEI



ROCCAFORTE M.VÌ



VILLANOVA M.VÌ



Esperienze voli

Boulder / Yoga

Equitazione

Arrampicata

Trekking

MTB

E-Bike

Indice

E-Bike

11 maggio

TOUR LIV. BASE "DEI BORGHI" (TC)

Tour alla portata di tutti in e-bike - **ORARIO:** 09:00 / 12:00

TOUR LIV. BASE "DELLE COLLINE" (TC)

Tour alla portata di tutti in e-bike - **ORARIO:** 14:00 / 17:00

TOUR LIV. MEDIO "AL MONTE" (MC)

Tour per ciclisti abituali in e-bike - **ORARIO:** 09:30 / 17:00
PRANZO INCLUSO

TOUR LIV. ESPERTO "DELLE VALLI" (BC)

Tour per ciclisti esperti in e-bike

PARTENZA 11/05 ORE 09:30 - RIENTRO 12/05 ORE 12:00

CENA, PERNOTTO E COLAZIONE COMPRESI

PRANZO DELL' 11/05 ED EXTRA A CARICO

PARTENZA TUTTI I LIVELLI: P.zza Filippi, Villanova M.vi

12 maggio

TOUR LIV. BASE "BOSCHI E MONTI" (TC)

Tour alla portata di tutti in e-bike - **ORARIO:** 09:00 / 12:00

TOUR LIV. BASE "LE VIE DELL'ACQUA" (TC)

Tour alla portata di tutti in e-bike - **ORARIO:** 14:00 / 17:00

TOUR LIV. MEDIO "ALTI PASCOLI" (MC)

Tour per ciclisti abituali in e-bike - **ORARIO:** 09:30 / 17:00
PRANZO INCLUSO

PARTENZA TUTTI I LIVELLI: Palasagra, Frabosa Sottana

- Età minima richiesta: 18 anni o da 14 anni accompagnati
- Possibilità utilizzo bici propria o a noleggio a prezzi promo
info noleggio: 348 824 06 40

11 maggio

LEZIONI PER RAGAZZI

Semplici percorsi, baby gimcana e molto altro!

ETÀ: 8 - 11 anni **ORARIO:** 09:00 / 10:30

ETÀ: 4 - 7 anni **ORARIO:** 10:30 / 12:00

ETÀ: 12 - 14 anni **ORARIO:** 15:00 / 17:00

BICI E CASCO DI PROPRIETÀ

IMPARO A PEDALARE

ETÀ: 4 - 7 anni neofiti **ORARIO:** 14:00 / 15:00

BICI A DISPOSIZIONE SUL POSTO O DI PROPRIETÀ

RITROVO/PARTENZA: Campo sportivo Branzola,
Villanova M.vi

12 maggio

CAMPO SCUOLA BAMBINI

Semplici percorsi, baby gimcana e molto altro!

ETÀ: 4 - 11 anni **ORARIO:** 09:00 / 12:00

BICI E CASCO A DISPOSIZIONE SUL POSTO

PARTENZA: Parco dei ragazzi, Pianfei

BIG BENCH

Escursione alla panchina gigante

ETÀ: 10 - 17 anni **ORARI:** 10:30/12:30 - 15:00/17:00

BICI E CASCO DI PROPRIETÀ

RITROVO: Campo sportivo Branzola, Villanova M.vi

MTB

Trekking

11 maggio

TOUR TREKKING LIV. BASE 1

Trekking per tutti di circa 5km

ORARIO: 09:00 / 12:00

RITROVO: P.zza Mons. Eula, Roccaforte M.vi

TOUR TREKKING LIV. BASE 2

Trekking per tutti di circa 5km

ORARIO: 14:30 / 17:30

RITROVO: Piazza del Municipio, Frabosa Soprana

12 maggio

TOUR TREKKING LIV. MEDIO

Trekking di circa 8km (pranzo al sacco)

ORARIO: 08:30 / 14:30

RITROVO: Parcheggio ovia Rosso, Prato Nevoso

TOUR TREKKING LIV. BASE

Trekking di circa 6km

ORARIO: 14:00 / 17:00

RITROVO: Parcheggio Grotte del Caudano,
Frabosa Sottana

- Attività per maggiorenni e minorenni accompagnati
- Attività esperienziali aggiuntive incluse

11 maggio

LEZIONI DI ARRAMPICATA

arrampicata su roccia per tutti

GIOVANI: 8 - 20 anni **ORARIO:** 09:00 / 12:00

ADULTI: 21 - 99 anni **ORARIO:** 14:00 / 17:00

RITROVO: Cimitero comunale, Frabosa Soprana

12 maggio

LEZIONI DI ARRAMPICATA

arrampicata su roccia per tutti

GIOVANI: 8 - 20 anni **ORARIO:** 09:00 / 12:00

ADULTI: 21 - 99 anni **ORARIO:** 14:00 / 17:00

RITROVO: Colle del Prel, Frabosa Sottana

Arrampicata

- Attrezzatura personale o fornita dall'organizzazione
- Luoghi di ritrovo verranno comunicati con precisione agli iscritti in prossimità dell'evento

Equitazione

11 maggio

BATTESIMO DELLA SELLA

Giochi e attività ludiche con i cavalli

ETÀ: 4 - 14 anni **ORARIO:** 15:00 / 18:00

APPROCCIO ALLA NATURA

Semplice percorso naturalistico in sella

ETÀ: 14 - 17 anni **ORARIO:** 14:30 / 16:30

ETÀ: 18 - 99 anni **ORARIO:** 16:30 / 18:30

DOVE: Scuola equestre "La Canunia"

Via delle Terme 25, Roccaforte M.vi

12 maggio

TOUR NATURA ESPERTI

Bellissimo tour naturalistico delle nostre valli

ETÀ: 18 - 99 anni **ORARIO:** 09:00 / 11:30

PARTENZA: Scuola equestre "La Canunia"

Via delle Terme 25, Roccaforte M.vi



In tutte le attività si possono utilizzare cavalli di proprietà o in fida gratuita fino ad esaurimento disponibilità

12 maggio

BOULDER

Raduno boulder libero

ORARIO: 11:00 / 16:00

RITROVO: P.zza Seggiovìa Rastello,
Roccaforte M.vì

- Attività per maggiorenni e minorenni accompagnati
- Necessarie scarpette personali e crash pad personali o di gruppo

12 maggio

YOGA

Lezione di yoga per tutti

ETÀ: 18 - 99 anni **ORARIO:** 10:00 / 11:30

DOVE: Agriturismo Caporale, Villanova M.vì

YOGA/DANZA

Lezione di yoga per tutti

ETÀ: 18 - 99 anni **ORARIO:** 15:00 / 16:30

DOVE: Villa Corinna, Villanova M.vì

Boulder

Yoga

11 maggio

Voli turistici

MONGOLFIERA

4-6 persone/volo

PARAPENDIO BIPOSTO

Max. 2 persone/volo

- Costo del volo turistico a carico dei partecipanti
- Orari e punti di ritrovo verranno concordati con il pilota
- In caso di maltempo i voli verranno annullati e rinviati

11/12 maggio

Parapendio/ Deltaplano

MONTAGGIO E BRIEFING

Visiona deltaplani e parapendii nella loro fase preparatoria prepartenza

ORE: 09:30

DECOLLO

Partenza deltaplani e parapendii

ORE: 12:00

DOVE: Piazzale Malanotte, Prato Nevoso



Voli turistici parapendio/mongolfiera solo su prenotazione

**ASSOCIAZIONI / ENTI COINVOLTI
NEL PROGETTO ●FF 2024:**

**E-Bike / Noleggio E-Bike:
Granda Bike Tour / Third Generation**

**MTB:
Bisalta Bike**

**Trekking:
CAI Sez. Mondovì / Barabino Guida Nat.**

**Arrampicata:
Guide Alpine del Monregalese**

**Equitazione:
Scuola Equestre La Canunia**

**Yoga:
Alice Comino - Amrita Yoga**

**Mongolfiera:
B&B E-Bike and Balloons**

**Deltaplano:
Delta Club Mondovì**



Seguite OFF per rimanere aggiornati!
@outdoorfreefestival

Iscrizioni gratuite aperte a tutti

Per partecipare alle varie attività sportive
devi prenotare il tuo posto.

Puoi iscriverti sin da subito,
o chiedere informazioni
contattandoci tramite i seguenti canali:

Tel. / Whatsapp
339 113 02 91

Instagram
@outdoorfreefestival

Mail
outdoorfreefestival@gmail.com



Scansiona il QR code
e scarica questo programma
direttamente sul tuo smartphone

● **Iscrizioni aperte fino ad esaurimento posti.**

● **Eventuale noleggio attrezzatura e pranzo + extra del Tour liv. esperto E-Bike, potrebbero contenere dei costi a carico dell'iscritto.**
Per info più dettagliate, rivolgersi ai contatti sopracitati.