



DUEMILA22

Per chi ancora non ci conosce

La **Compagnia dei Cammini** è un'associazione che organizza **viaggi a piedi**, per conoscere se stessi e il mondo al ritmo lento dei propri passi. Siamo un'**associazione nazionale**. Il catalogo **2022** contiene **159 proposte**. Speriamo che la situazione Covid ci permetta di camminare il più possibile; consultate spesso il sito web, perché potrebbero esserci modifiche causa Covid durante l'anno.

Il nostro programma è vario e ognuno può trovare il viaggio più idoneo. Anche per bambini, ragazzi e famiglie. Abbiamo infatti ampliato e rinnovato il progetto **Compagnia dei Bambini e dei Ragazzi** con un nuovo manifesto pedagogico che trovate più avanti.

Siamo attenti alla salute, nostra e della nostra madre Terra. Evitando di inquinare noi stessi e la nostra casa comune. **Valorizziamo il mangiare biologico**, naturale, vegetariano e a base di prodotti locali.

Valorizziamo l'incontro con chi vive nei luoghi in cui camminiamo. Perché è l'incontro il vero valore del cammino: l'incontro con la natura, l'incontro con chi vive in modo semplice, l'incontro con i pastori. . .

Facciamo **turismo responsabile**, che per noi significa rispetto della natura e degli altri; lavoriamo per un'economia più solidale. Abbiamo scelto come simbolo l'ometto di pietre, che significa volontà di trovare una strada sul cammino. A questo ometto abbiamo dato colori solari, luminosi, perché vogliamo camminare insieme con gioia, per un mondo migliore.



Filosofia del camminare

Prima di iscrivervi a un cammino, vi consigliamo di leggere attentamente questo decalogo.

- 1. Per partecipare a un cammino devo liberarmi dalle ansie della quotidianità e lasciarle a casa.** Camminare mi aiuta a liberare la mente dagli stress, facendo emergere la soluzione ai problemi, e a scaricare l'energia negativa accumulata in mesi di lavoro. Cercherò di far emergere la gioia e di condividerla con gli altri.
- 2. Impariamo a vivere in gruppo.** Accetterò le dinamiche del gruppo in cui sono inserito; i singoli componenti del gruppo possono anche non piacermi tutti, ma ora faccio parte di quel gruppo, per alcuni giorni imparerò a convivervi. Mettendo a disposizione del gruppo le mie conoscenze e anche le mie cose, nello spirito di condivisione.
- 3. Metterò a conoscenza il gruppo delle mie sensazioni e dei miei stati d'animo:** tenermeli dentro non aiuta il gruppo a capire come mi sento. Informerò la guida se avrò problemi: se può, farà di tutto per risolverli.
- 4. Cercherò di accettare gli imprevisti.** Niente è irrimediabile e durante un cammino gli imprevisti sono all'ordine del giorno. Perdere un sentiero, arrivare col buio, non trovare viveri là dove si aspettava, sono imprevisti che spesso hanno qualcosa da insegnarci.
- 5. Il cammino richiede un buono spirito d'adattamento.** Lo spirito d'adattamento mi farà apprezzare esperienze che mai avrei pensato (dormire una notte all'aperto, sotto la luna piena, per esempio, è una cosa che pensavo di non fare mai, e invece... ecco la magia!).
- 6. Valorizzerò l'incontro. L'incontro con le persone che vivono dove sto camminando.** Perché è l'incontro il vero valore del cammino, l'incontro con la natura fuori e dentro di noi, l'incontro con chi vive in modo semplice, che ha tanto da insegnarci, l'incontro con i pastori, l'incontro con persone speciali che hanno avuto il coraggio di scelte di vita controcorrente.
- 7. Non correre!** Per scoprire la pace interiore della lentezza consapevole, imparerò a camminare con passo lento, guardandomi intorno, perché c'è sempre un nuovo, un insetto, un colore che aspettano per stupirmi. Il cammino non è competizione, anzi il ritmo del gruppo si deve adattare al ritmo del più lento.



8. **Scopri il silenzio!** È bello il viaggio in gruppo perché si conosce gente nuova, si comunicano esperienze e si approfondisce la conoscenza degli altri. Ma non devo dimenticare il lavoro su di me. Durante il cammino scoprirò anche la bellezza del silenzio, dell'ascoltare il mio passo, il mio respiro, i suoni della natura. I compagni di cammino sono sicuro me ne saranno grati!
9. **I viaggi a piedi sono utili per imparare a distinguere tra superfluo e necessario.** Si scoprirà allora che cosa è necessario mangiare e cosa invece è abitudine, si scoprirà cos'è necessario nell'igiene quotidiana, nelle comodità, ecc. Eliminando il superfluo dagli zaini e dalle menti tutto sarà più leggero.
10. **Non caricherò la guida di troppe aspettative.** La guida è a mia disposizione per risolvere ogni problema, ma non mi scaricherò su di lei se la mia scelta non era sufficientemente motivata e ponderata. Mi chiederò piuttosto perché ho partecipato proprio a questo cammino, quali erano le mie aspettative e dove sono venute meno. E forse scoprirò che comunque qualcosa da insegnarmi tutto questo ce l'ha...

(scritto da Luca Gianotti)



Classificazione delle orme



Viaggi alla portata di tutti (ma non per tutti), si cammina tranquilli, i dislivelli sono bassi o medi. Si svolgono su sentieri tendenzialmente comodi. Sono adatti per iniziare, ma serve documentarsi. Possono essere itineranti o stanziali o semi-itineranti. Lo zaino non è mai troppo pesante. Possono esserci una o due tappe più faticose delle altre.



Viaggi medio-facili, in cui le tappe possono essere più lunghe e con dislivelli medi. Si svolgono su sentieri abbastanza comodi. Lo zaino può essere di giornata o completo. La ricettività è più o meno confortevole. Possono rappresentare una certa sfida psicologica.



Viaggi medi, che richiedono spirito di adattamento e la voglia di una vacanza diversa, camminando immersi nella natura, con tappe più lunghe, dislivelli più importanti e/o percorsi più impegnativi. Si svolgono su sentieri o terreni anche sconnessi e possono comportare tratti fuori sentiero. Lo zaino può essere completo o di giornata. Ricettività confortevole e/o spartana. Possono rappresentare una sfida psicologica.



Per buoni camminatori, richiedono più allenamento e più spirito di adattamento (lo zaino è più pesante e si cammina di più). Si svolgono su terreni anche sconnessi e possono comportare vari tratti fuori sentiero e terreni accidentati. Dislivelli anche di 1.000 metri al giorno in salita. Ricettività spartana. Possono rappresentare una sfida psicologica impegnativa.



Per ottimi camminatori, il terreno può essere tecnico, spesso accidentato, i dislivelli superiori ai 1.000 metri di salita al giorno, con ricettività spartana (tenda). Zaini molto pesanti (anche 15-18 kg). Rappresentano una sfida psicologica impegnativa.



Scegliete un viaggio al vostro livello

Io e il cammino...	Amo camminare e ho uno stile di vita sano, ma non sono per niente sportivo/a	Cammino ogni tanto in natura OPPURE ho recentemente fatto un viaggio da 1 orma
Posso camminare in un giorno	Circa 4-5 ore	Circa 5-6 ore
Posso camminare al giorno	10-15 km	13-18 km
Posso superare un dislivello in salita di... (al giorno)	500 m	600 m
Pratico un'attività sportiva	No	Un po'
Mi allenerò	Non mi posso allenare molto	Mi allenerò da un mese prima della partenza
Livello consigliato	1 ORMA 	2 ORME 



Cammino regolarmente su sentieri OPPURE ho recentemente fatto un viaggio da 2 orme	Cammino molto regolarmente su sentiero e fuori sentiero OPPURE ho recentemente fatto un viaggio da 3 orme	Cammino molto regolarmente su sentiero e fuori sentiero OPPURE ho recentemente fatto un viaggio da 4 orme
Circa 6-7 ore	Circa 7 ore	Circa 8 ore
15-22 km	18-24 km	20-27 km
800 m	1000 m	1200 m
Regolarmente	Molto regolarmente	Molto regolarmente
Mi allenerò da un mese prima della partenza	Mi allenerò da due mesi prima della partenza	Mi allenerò da due mesi prima della partenza
3 ORME	4 ORME	5 ORME
		



Come partecipare

Per partecipare è necessario essere soci della Compagnia dei Cammini, lo Statuto è sul nostro sito. L'iscrizione annuale costa 20 euro. I costi indicati comprendono tre voci:

- ✓ **La Quota di partecipazione** comprende la guida, le spese di organizzazione e quanto eventualmente indicato per ciascun viaggio.
- ✓ **Le Spese previste** (corrispondono alla quota riportata tra parentesi) quantificano con una buona approssimazione le spese per mangiare, dormire, eventuali trasporti locali, ecc. da sostenere durante il viaggio. La spesa è calcolata accuratamente controllando i costi vivi ed è suscettibile di piccole variazioni in più o in meno legate a variazione dei prezzi e al comportamento del gruppo. Questa cifra non va versata all'associazione ma portata con sé e usata di volta in volta durante il viaggio.
- ✓ **Il Volo aereo**: le tariffe variano sensibilmente secondo la compagnia prescelta e la data di prenotazione del volo stesso. Quindi prima prenoti il volo, più facilmente ottieni tariffe a basso costo e voli più comodi. Al momento effettivo della prenotazione possiamo darti indicazioni su come acquistare il biglietto suggerendo le soluzioni più convenienti.

Per iscriversi: vi offriamo la possibilità di PRENOTARE ONLINE! La segreteria vi contatterà comunque dopo l'iscrizione per darvi conferma e rimane sempre a disposizione: via mail info@cammini.eu e via telefono al **0439 026029** nelle ore di ufficio (10-13 e 15-18) dal lunedì al venerdì.

Si accettano iscrizioni fino al completamento dei posti disponibili (**piccoli gruppi** di circa 14-15 persone). **Consigliamo di prenotare per tempo** per una migliore organizzazione, avere migliori strutture e mezzi di trasporto più economici.

Dopo la conferma della disponibilità di posti, vi verrà chiesto di compilare un breve questionario, prima di ricevere la conferma dell'iscrizione e le istruzioni per il versamento dell'acconto. Il saldo della quota di partecipazione va inviato almeno 15 giorni prima della partenza.



Viaggi a piedi

da gennaio a dicembre

DUEMILA
22





do 2 – gi 6 gennaio / **Liguria**

Epifania tra mare e vigneti nel finale

Elisa Leger



ma 4 – sa 8 gennaio / **Trentino-Alto Adige**

Epifania di cammino, arte e benessere in Trentino

Laura Ciaghi



sa 22 – sa 29 gennaio / **Sicilia**

Iblei d'inverno, mare e barocco

Nanni Di Falco

NOVITÀ



gi 3 – do 6 febbraio / **Liguria**

Esplorazioni a Portofino 2

Franco Michieli



sa 5 – sa 12 febbraio / **Puglia**

Cammino materano: i trulli della Via Ellenica

Micha Calà

NOVITÀ



do 6 – sa 12 febbraio / **Malta**

Gozo, il cammino costiero

Elisa Leger



sa 12 – sa 19 febbraio / **Sicilia**

Sicani, la Sicilia dei mandorli in fiore

Nanni Di Falco



ma 15 – sa 26 febbraio / **Giordania**

Giordania: da Dana a Petra e nel Wadi Araba

Laura Ciaghi + Ghassab Al Bedoul



gi 24 – do 27 febbraio / **Liguria**

Liguria tra mare e monti

Elisa Leger



gi 24 – do 27 febbraio / **Emilia-Romagna**

Ciaspolata di fine inverno

Cristina Mori





DUEMILA22



ma 1 – sa 5 marzo / **Emilia-Romagna****In cammino lungo il Reno***Tomas Pirani / Cammini a 4 zampe*gi 3 – do 6 marzo / **Liguria****Mare e vigneti nel finale***Elisa Leger*sa 5 – sa 12 marzo / **Basilicata****Lucania, dalle gravine ai calanchi***Micha Calà*gi 10 – do 13 marzo / **Toscana****Camminate di inizio primavera a Monteriggioni***Mauro Agliata*me 16 – me 23 marzo / **Puglia****Salento a passo lento***Luca Gianotti*gi 17 – do 20 marzo / **Liguria****Primavera alle Cinque Terre***Marina Pissarello*ve 18 – sa 26 marzo / **Portogallo****Il cammino costiero della Rota Vicentina***Elisa Leger*sa 19 – do 27 marzo / **Sicilia****Primavera allo Zingaro***Nanni Di Falco*lu 21 – ve 25 marzo / **Friuli-Venezia Giulia****Carso aspro e dolce***Luigi Nacci*sa 26 marzo – sa 2 aprile / **Calabria****Il sentiero dell'Inglese in Aspromonte***Andrea Laurenzano*



DUEMILA22



sa 26 marzo – ma 5 aprile / **Palestina – Israele****Il cammino di Abramo e Sara***Laura Ciaghi*ma 29 marzo – do 3 aprile / **Campania****Penisola sorrentina, balcone sul mare***Anita Constantini*gi 31 marzo – do 3 aprile / **Emilia-Romagna****Scorrendo insieme verso la foce***Cristina Mori*sa 2 – sa 9 aprile / **Grecia****Mani, Peloponneso da amare***Mauro Agliata*sa 2 – sa 9 aprile / **Campania – Basilicata – Puglia****La Regina Viarum: l'Appia***Daniele Moschini*lu 4 – ve 8 aprile / **Friuli-Venezia Giulia****La via delle vigne di confine***Luigi Nacci*ma 5 – sa 9 aprile / **Marche****L'incanto delle Marche***Tomas Pirani / Cammini a 4 zampe*sa 9 – sa 16 aprile / **Puglia – Basilicata****Il Cammino Materano***Micha Calà*do 10 – lu 18 aprile / **Portogallo****Madeira, l'isola giardino***Claudio Ansaloni*ma 12 – ma 19 aprile / **Sicilia****Monti Iblei, la Sicilia a sud di Tunisi***Nanni Di Falco*



DUEMILA22



ve 15 – lu 18 aprile / **Marche**

Riviera del Conero per famiglie con asinelli

Alessia Garda + Sofia (conduttrice di asini)



ma 19 – do 24 aprile / **Umbria – Lazio**

Cammino di San Benedetto – parte 1

Mattia Speranza



ma 19 – lu 25 aprile / **Malta**

Gozo: il cammino costiero

Laura Ciaghi



ma 19 – ma 26 aprile / **Spagna**

Camminayoga nella Garrotxa

Nico Di Paolo



me 20 – lu 25 aprile / **Emilia-Romagna**

La Via degli abati

Mauro Agliata



sa 23 – me 27 aprile / **Campania**

Capri, l'isola delle sirene

Claudio Ansaloni



sa 23 – sa 30 aprile / **Sicilia**

Cammino Ibleo, il cammino più a sud d'Italia

Nanni Di Falco



lu 25 – ve 29 aprile / **Lazio**

Cammino di San Benedetto – parte 2

Daniele Moschini



ma 26 aprile – gi 5 maggio / **Grecia**

Creta: l'isola delle gole, delle capre e degli dèi

Luca Gianotti



me 27 – sa 30 aprile / **Lazio**

La Valle Scurosa

Tomas Pirani / Cammini a 4 zampe





DUEMILA22





sa 30 aprile – ve 6 maggio / **Lazio**

Cammino di San Benedetto – parte 3

Paolo Iannica

NOVITÀ



sa 30 aprile – sa 7 maggio / **Puglia**

Salento, la costa ionica

Cristina Mori



lu 2 – ve 6 maggio / **Friuli-Venezia Giulia**

La via delle vigne di confine

Luigi Nacci



sa 7 – sa 14 maggio / **Sicilia**

Pantelleria: mare, dammusi e passito

Nanni Di Falco



sa 7 – gi 19 maggio / **Scozia**

Esplorazioni in Scozia 4 – Cairngorms

Franco Michieli

NOVITÀ



do 5 – sa 14 maggio / **Piemonte – Liguria**

Il Cammino dei Ribelli

Mattia Speranza



ma 10 – do 15 maggio / **Toscana**

Isola d'Elba a piedi liberi

Anita Constantini



sa 14 – ve 20 maggio / **Marche – Umbria**

Il cammino nelle Terre Mutate – parte 1

Daniele Moschini



do 15 – sa 21 maggio / **Valle d'Aosta**

Il Cammino Balteo

Alessia Garda

NOVITÀ



me 18 – do 22 maggio / **Liguria**

I borghi della Liguria di Ponente

Marina Pissarello





DUEMILA22



sa 21 – sa 28 maggio / **Sicilia****In cammino sulle Isole Egadi***Nanni Di Falco*sa 21 – sa 28 maggio / **Sardegna****Iglesiente, la costa del maestrale***Cristina Mori*do 22 – sa 28 maggio / **Emilia-Romagna****Via Romea Nonantolana***Claudio Ansaloni*

NOVITÀ

gi 26 – do 29 maggio / **Veneto****Monte Baldo, giardino d'Europa***Laura Ciaghi*sa 28 maggio – sa 4 giugno / **Piemonte****Chaminar en Val Maira***Mauro Agliata*sa 28 maggio – sa 4 giugno / **Abruzzo – Molise****La via del Tratturo***Cesidio Pandolfi*me 1 – do 5 giugno / **Sardegna****In cammino a Carloforte e Sant'Antioco***Cristina Mori*

NOVITÀ

gi 2 – do 5 giugno / **Toscana****Orsigna a piedi liberi***Anita Constantini*ve 3 – sa 11 giugno / **Trentino-Alto Adige – Veneto****Dalle Dolomiti a Venezia, lungo la via del legno***Laura Ciaghi*sa 4 – sa 11 giugno / **Sicilia****Lampedusa e Linosa a Piedi***Nanni Di Falco*



DUEMILA22



sa 4 – sa 11 giugno / **Campania****Cilento, costa d'incanto***Andrea Laurenzano*do 5 – sa 11 giugno / **Toscana****Camminayoga lungo la Costa degli Etruschi***Nico Di Paolo*gi 9 – do 12 giugno / **Lombardia****Sentiero del viandante***Marina Pissarello*

NOVITÀ

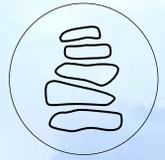
ve 10 – sa 18 giugno / **Grecia****La traversata di Corfù***Freedom Pentimalli*

NOVITÀ

sa 11 – sa 18 giugno / **Abruzzo****Majella, la montagna Madre***Luca Gianotti*sa 11 – sa 18 giugno / **Sicilia****Lampedusa e Linosa a Piedi***Nanni Di Falco*ma 14 – do 26 giugno / **Islanda****Esplorazioni in Islanda 2 – Hornstrandir***Franco Michieli*

NOVITÀ

me 15 – sa 18 giugno / **Emilia-Romagna****Il Parco dei cento laghi***Tomas Pirani / Cammini a 4 zampe*me 15 – do 19 giugno / **Piemonte****Perdersi in Val Grande***Elisa Leger*sa 18 – do 26 giugno / **Finlandia****Finlandia: infiniti giorni d'estate***Daniele Moschini*



DUEMILA22



me 22 – sa 25 giugno / **Marche****L'anello delle farfalle:
asini e bimbi nell'Appennino marchigiano***Tomas Pirani + Sofia (conduttrice di asini)*me 22 – do 26 giugno / **Trentino-Alto Adige****Solstizio tra i fiori delle Dolomiti***Laura Ciaghi*ve 24 – do 26 giugno / **Toscana****Selvatici all'Orsigna***Anita Constantini*do 26 – gi 30 giugno / **Piemonte****Il giro del Marguareis***Elisa Leger*do 26 giugno – do 10 luglio / **Mongolia****Grande viaggio: Mongolia sconosciuta***Micha Calà + Shinebayar Shinee (guica locale)*gi 30 giugno – do 3 luglio / **Piemonte****Passinsilenzio nelle Alpi Liguri***Mauro Agliata*ve 1 – ve 8 luglio / **Veneto****Salire la montagna, Essere la Montagna
Dolomiti ampezzane***Anita Constantini*sa 2 – ve 8 luglio / **Sicilia****Il cammino della costa sicana***Nanni Di Falco*sa 2 – sa 9 luglio / **Abruzzo****Gran Sasso, il piccolo Tibet***Cesidio Pandolfi*



DUEMILA22



do 3 – do 10 luglio / **Emilia-Romagna – Marche – Toscana****La tribù della Luna e del Sasso***Daniele Moschini + Sofia (conduttrice di asini)*me 6 – sa 9 luglio / **Emilia-Romagna****Il Parco dei cento laghi***Tomas Pirani / Cammini a 4 zampe*sa 9 – sa 16 luglio / **Abruzzo – Lazio****Il Cammino dei Briganti***Paolo Iannicca*do 10 – sa 16 luglio / **Molise****Il cammino dei Sanniti: Safinim!***Luca Gianotti*

NOVITÀ

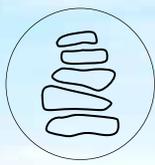
lu 11 – ve 15 luglio / **Emilia-Romagna – Toscana****Appennino emiliano per anime selvatiche***Cristina Mori + Nico Di Paolo*ma 12 – do 17 luglio / **Valle d'Aosta****La gran balconata del Cervino***Mauro Agliata*me 13 – sa 16 luglio / **Toscana****Estate Mugellana***Tomas Pirani / Cammini a 4 zampe*do 17 – sa 23 luglio / **Marche****Dai Sibillini al mare***Mattia Speranza + Alessia Garda*me 20 – sa 23 luglio / **Marche****La Valle Scurosa***Tomas Pirani / Cammini a 4 zampe*gi 21 – do 24 luglio / **Lombardia****Esplorazioni lungo la Via dei Silter 2***Franco Michieli*



DUEMILA22



gi 21 – do 24 luglio / **Toscana****Colline pisane in consapevolezza***Nico Di Paolo*sa 23 – sa 30 luglio / **Trentino-Alto Adige****Cammino, arte e natura in Trentino***Laura Ciaghi*do 24 luglio – do 7 agosto / **Mongolia****Grande viaggio: Mongolia sconosciuta***Micha Calà + Shinebayar Shinee (guica locale)*gi 28 – do 31 luglio / **Toscana****Biodanza in cammino***Fabiana Mapelli + Ori*sa 30 luglio – me 3 agosto / **Veneto****Adolescenti selvatici al Civetta***Alessia Garda + Franco Michieli*sa 30 luglio – sa 6 agosto / **Abruzzo****Tra lupi e pastori***Cesidio Pandolfi*lu 1 – sa 6 agosto / **Trentino-Alto Adige****Inizio agosto in baita nel cuore del Trentino***Laura Ciaghi*lu 1 – do 7 agosto / **Valle d'Aosta****Svallicando – Alla ricerca del Passo Perduto***Claudio Ansaloni*lu 1 – lu 8 agosto / **Abruzzo – Lazio****Il Cammino dei Briganti***Mattia Speranza*sa 6 – do 14 agosto / **Umbria / Marche – Lazio – Abruzzo****Il cammino nelle Terre Mutate – parte 2***Daniele Moschini*



DUEMILA22





do 7 – gi 18 agosto / **Francia**
Corsica sud in libertà
Elisa Leger



ve 12 – gi 18 agosto / **Umbria**
Cammino dei borghi silenti
Alessia Garda



sa 13 – do 21 agosto / **Marocco**
Toubkal: la più alta vetta del Nord Africa
Said Zarrouk + Marina Pissarello



me 17 – do 21 agosto / **Piemonte**
Val Maira... en szilenziu!
Mauro Agliata



gi 18 – ma 30 agosto / **Norvegia**
Esplorazioni in Norvegia 3 – Circolo Polare
Franco Michieli



ve 19 – sa 27 agosto / **Grecia**
Zagorochoria e i ponti di pietra
Freedom Pentimalli



do 21 – do 28 agosto / **Spagna**
In cammino verso il BioRitme – Per giovani
Nico Di Paolo



lu 22 – lu 29 agosto / **Abruzzo – Lazio**
Il Cammino dei Briganti
Mattia Speranza



me 24 – do 28 agosto / **Trentino-Alto Adige**
Fine estate sulle Dolomiti
Laura Ciaghi



lu 29 agosto – ve 2 settembre / **Friuli-Venezia Giulia**
Carso aspro e dolce: fascino e mistero del confine
Luigi Nacci





DUEMILA22





lu 29 agosto – do 4 settembre / **Piemonte**

Devero, sui sentieri dell'Alpe

Elisa Leger



sa 3 – sa 10 settembre / **Sicilia**

Camminando sulle Isole Eolie

Nanni Di Falco



sa 3 – sa 10 settembre / **Croazia**

Veglia e Cherso, isole di pescatori e pastori

Laura Ciaghi



ma 6 – sa 10 settembre / **Toscana**

Mugello selvaggio

Tomas Pirani / Cammini a 4 zampe



ma 6 – do 11 settembre / **Toscana**

Camminayoga in Toscana

Nico Di Paolo



sa 10 – ve 16 settembre / **Toscana**

Via Lauretana Senese

Micha Calà

NOVITÀ



do 11 – sa 17 settembre / **Emilia-Romagna – Toscana**

La Via degli dèi: da Bologna a Firenze

Cristina Mori



ve 16 – do 18 settembre / **Emilia-Romagna**

Lago Santo a piedi liberi

Anita Constantini



sa 17 – sa 24 settembre / **Sicilia**

In cammino sulle Isole Egadi

Nanni Di Falco



sa 17 – sa 24 settembre / **Calabria**

Cammina le spiagge dello Ionio

Andrea Laurenzano





DUEMILA22





do 18 – sa 24 settembre / **Sardegna**

Sardegna, il mare del Supramonte

Daniele Moschini



ve 23 settembre – sa 1 ottobre / **Trentino-Alto Adige – Veneto**

Dalle Dolomiti a Venezia, lungo la Via del legno

Laura Ciaghi



sa 24 settembre – sa 1 ottobre / **Abruzzo – Molise**

La Via del Tratturo

Cesidio Pandolfi



lu 26 – ve 30 settembre / **Friuli-Venezia Giulia**

La via delle vigne di confine

Luigi Nacci



lu 26 settembre – sa 1 ottobre / **Toscana**

La costa maremmana: Uccellina, Argentario e Giglio

Mattia Speranza



gi 29 settembre – do 2 ottobre / **Liguria**

Autunno alle Cinque Terre

Marina Pissarello



sa 1 – sa 8 ottobre / **Sicilia**

La Magna Via Francigena

Nanni Di Falco



sa 1 – sa 8 ottobre / **Toscana**

La Via Francigena Senese

Fabiana Mapelli



sa 1 – sa 8 ottobre / **Campania**

Cilento, costa d'incanto

Andrea Laurenzano



do 2 – sa 8 ottobre / **Toscana – Emilia-Romagna**

La Via della lana e della seta

Anita Constantini





DUEMILA22

non si distrugge
la terra
dove cammina
un popolo





me 5 – do 9 ottobre / **Campania**
Capri, l'isola delle sirene
Claudio Ansaloni



ve 7 – sa 15 ottobre / **Portogallo**
Il cammino costiero della Rota Vicentina
Elisa Leger



do 9 – do 16 ottobre / **Spagna**
Camminayoga in Catalogna
Nico Di Paolo



lu 10 – ve 14 ottobre / **Friuli-Venezia Giulia**
La via delle vigne di confine
Luigi Nacci



lu 10 – do 16 ottobre / **Marche**
Cammino francescano della Marca
Mattia Speranza



gi 13 – sa 22 ottobre / **Grecia**
Creta: l'isola delle gole, delle capre e degli dèi
Luca Gianotti



sa 15 – sa 22 ottobre / **Sicilia**
Camminando sulle Isole Eolie
Nanni Di Falco



sa 15 – sa 22 ottobre / **Calabria**
Il sentiero dell'inglese in Aspromonte
Andrea Laurenzano



ma 18 – sa 22 ottobre / **Toscana**
I colori del Giogo Casaglia
Tomas Pirani / Cammini a 4 zampe



gi 20 – do 23 ottobre / **Emilia-Romagna**
Panta Rei al Delta del Po
Cristina Mori





sa 22 – sa 29 ottobre / **Puglia**

Il Gargano e la Foresta umbra

Cesidio Pandolfi



do 23 – lu 31 ottobre / **Trentino-Alto Adige**

Il cammino delle due aquile

Laura Ciaghi



ve 28 ottobre – ma 1 novembre / **Friuli-Venezia Giulia**

Carso aspro e dolce: fascino e mistero del confine

Luigi Nacci



sa 29 ottobre – ma 1 novembre / **Toscana**

Camminate d'autunno a Monteriggioni

Mauro Agliata



sa 29 ottobre – sa 5 novembre / **Sicilia**

Pantelleria: mare, dammusi e passito

Nanni Di Falco



sa 29 ottobre – sa 5 novembre / **Grecia**

Karpathos, isola senza tempo

Freedom Pentimalli



sa 29 ottobre – do 6 novembre / **Marocco**

La Valle della Dràa, il giardino ritrovato

Said Zarrouk + Marina Pissarello



sa 19 – sa 26 novembre / **Sicilia**

I Monti Iblei, un lembo d'Africa in Sicilia

Nanni Di Falco



sa 19 – sa 26 novembre / **Puglia – Basilicata**

Il Cammino Materano

Micha Calà



me 23 – do 27 novembre / **Liguria**

La traversata del Finalese

Elisa Leger





gi 1 – gi 8 dicembre / **Puglia**

Dicembre a passo lento, in Salento!

Luca Gianotti



lu 5 – sa 10 dicembre / **Lazio**

La Via Francigena da Viterbo a Roma

Mauro Agliata



ma 27 dicembre – me 4 gennaio / **Sicilia**

Capodanno a piedi da Erice a Castellammare

Nanni Di Falco



ma 27 dicembre – ve 6 gennaio / **Marocco**

Capodanno nel Sahara con le carovane berbere

Said Zarrouk + Marina Pissarello



me 28 dicembre – do 1 gennaio / **Abruzzo**

Capodanno da orsi e da lupi

Luca Gianotti



me 28 dicembre – ma 3 gennaio / **Calabria**

Capodanno tra i greci di Calabria

Andrea Laurenzano



me 28 dicembre – ma 3 gennaio / **Sardegna**

Capodanno nel Sulcis

Cristina Mori



gi 29 dicembre – do 1 gennaio / **Toscana**

Capodanno a Monteriggioni

Mauro Agliata



gi 29 dicembre – lu 2 gennaio / **Lazio**

Capodanno sul Cammino di Francesco in Sabina

Daniele Moschini

NOVITÀ



ve 30 dicembre – ma 3 gennaio / **Trentino-Alto Adige**

Capodanno di cammino, arte e benessere in Trentino

Laura Ciaghi





DUEMILA22



Manifesto Compagnia dei Bambini e dei Ragazzi

www.compagniadebambini.it

Missione: educare i giovani al rapporto profondo con la natura, minimizzando l'organizzazione e il comfort, per evitare il senso di protezione e di "bambagia" in cui i giovani sono sempre protetti.

Far vivere un'esperienza di libertà, in cui si impara a stare in lentezza, riappropriandosi del ritmo naturale (anche solo quello della luce, del sole della mattina che scalda, della fame).

Il riferimento è al "viaggio dell'eroe": superare prove per crescere e aumentare l'autostima, darsi un obiettivo e costruire passo passo cosa ci sta in mezzo, lasciando la sorpresa della scoperta e degli imprevisti, facendo vivere l'esperienza dell'eroe.

Parole chiave: avventura, selvaticità, libertà, esplorazione, sane relazioni, bushcraft, resilienza, condivisione, land art, wilderness.

Cosa si fa quando non si cammina? La guida coinvolge i giovani (e gli eventuali genitori) in esperienze vissute, facendosi esempio. La guida non *spiega* la Natura, ma si rende esempio di osservazione e contemplazione, e lo fa insieme al gruppo. Raccogliamo sassi, ghiande, piume... Mettiamo due sassi a un albero per fargli gli occhi. Mettiamo i sassi in equilibrio sul letto di un torrente. Ci facciamo mediatori della magia della Natura e del selvatico, e lo facciamo insieme ai bambini, che sono sicuramente più bravi di noi, basta riaprirgli la via. Senza essere pedanti, accendere un fuoco, camminare scalzi, costruire una capanna o montare una tarp, salire un pendio ripido, tuffarsi in un torrente, guardare le forme delle nuvole o cosa fanno le formiche, giocare nel fango, la guida si fa esempio da seguire. Facciamo land art, con approccio sempre esplorativo, sempre esperienziale, sempre teso a stimolare la curiosità.

L'attenzione al cibo, il più possibile sano, locale e biologico, è parte integrante dell'esperienza della Compagnia dei Bambini e dei Ragazzi.

Nei viaggi in compagnia degli asini, lavoriamo molto sulla relazione con l'animale, che è compagno e non strumento (anche se porta i bagagli) e che ci fa da specchio, in una relazione paritetica. L'asino ci conduce a vedere ed esplorare il mondo con occhi diversi.



Strumenti: viaggi a piedi itineranti da 3 a 7 giorni

Modalità (distinte per fasce di età e per presenza o meno dei genitori)

4-6 anni (sempre con genitori): itinerante con trasporto bagagli (asini, auto), appoggio a strutture spartane o tenda

6-11 anni (con o senza genitori): itinerante con o senza trasporto bagagli (asini, auto), appoggio a strutture spartane o tenda

11-14 anni (con o senza genitori): itinerante con o senza trasporto bagagli (asini, auto), appoggio a strutture spartane o tenda o all'aperto senza tenda

Materiali richiesti: nei viaggi in cui serve il trasporto sulle spalle, saranno necessari materiali ultraleggeri, per esempio tarp e tende leggere; in ogni caso l'esperienza ci ha mostrato che i viaggi senza trasporto bagagli sono del tutto fattibili e anzi, con un grande valore aggiunto per i ragazzi! I genitori riceveranno comunque tutti i consigli utili per l'attrezzatura.



Viaggi 2022 Compagnia dei Bambini e dei Ragazzi

www.compagniadebambini.it



ve 15 – lu 18 aprile / **Marche**

Riviera del Conero per famiglie con asinelli

Itinerante, con bagagli parzialmente trasportati

Per famiglie con bambini/e dai 6 agli 11 anni

Alessia Garda con Sofia, conduttrice di asini



me 22 – sa 25 giugno / **Marche**

L'anello delle farfalle: asini e bimbi nell'Appennino marchigiano

Itinerante, con bagagli parzialmente trasportati

Per famiglie con bambini/e dai 4 agli 8 anni

Tomas Pirani con Sofia, conduttrice di asini



ve 24 – do 26 giugno / **Toscana**

Selvatici all'Orsigna

Stanziale

Per ragazzi/e dagli 11 ai 14 anni, senza genitori

Anita Constantini



do 3 – do 10 luglio / **Emilia-Romagna – Marche – Toscana**

La tribù della Luna e del Sasso

Itinerante, con bagagli parzialmente trasportati

Per ragazzi/e dagli 11 ai 14 anni, senza genitori

Daniele Moschini con Sofia, conduttrice di asini





DUEMILA22



Viaggi 2022 Compagnia dei Bambini e dei Ragazzi

www.compagniadebambini.it



lu 11 – ve 15 luglio / **Emilia-Romagna – Toscana**

Appennino emiliano per anime selvatiche

Itinerante, con bagaglio completamente in spalla

Per ragazzi/e dagli 11 ai 14 anni, senza genitori

Cristina Mori con Nico Di Paolo



do 17 – sa 23 luglio / **Marche**

Dai Sibillini al mare

Itinerante, con bagaglio completamente in spalla

Per ragazzi/e dagli 11 ai 14 anni, senza genitori

Mattia Speranza con Alessia Garda



sa 30 luglio – me 3 agosto / **Veneto**

Adolescenti selvatici al Civetta

Itinerante, con bagaglio completamente in spalla

Per ragazzi/e dai 14 ai 17 anni, senza genitori

Alessia Garda con Franco Michieli

NOVITÀ





DUEMILA22



MERIDIANI CAMMINI

Completa la tua raccolta di monografie dedicate ai cammini più belli d'Italia e d'Europa. Emozionanti reportage d'autore e cartine inedite con itinerari e informazioni utili.

Per te ogni arretrato a soli € 10



- La via Francigena da Lucca a Roma (1)
- Cammini Materani (2)
- Cammino Balteo (3)
- Cammino di Santiago (4)
- La Via Francigena dalle Alpi a Lucca (5)
- Il Cammino dei Briganti (6)
- La via di Francesco (7)
- Santiago de Compostela Nord (8)
- La Via Francigena nel Sud (9)
- Il cammino di Dante (10)
- Il cammino di San Benedetto (11)
- La Via degli Dei (12)

Per te ogni cofanetto a soli € 19,90



Le Grandi Vie:

- Santiago de Compostela - La via del Nord
- La Via Francigena del Sud
- La via di Dante
- 3 cartine dettagliate



La Via Francigena:

- Dalle Alpi a Lucca
- Da Lucca a Roma
- Da Roma a Santa Maria di Leuca
- 3 cartine dettagliate

Fai subito le tue scelte e **TELEFONA AL N. 02 56568800***

Se preferisci collegati al sito **WWW.SHOPED.IT**

*Dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 18:00. Numero telefonico di rete fissa nazionale. I costi della chiamata dipendono dal gestore e dal piano tariffario

Lo sconto è computato sul prezzo di copertina dei prodotti. I prezzi sono IVA inclusa (IVA assolta editore). Le spese di spedizione per l'Italia sono gratuite. I prodotti possono essere pagati con carta di credito o contrassegno. Per il servizio di contrassegno è richiesto di consumatore un contributo di € 2,90. I prodotti ordinati vengono consegnati entro una settimana dall'ordine. La presente offerta, in conformità con l'art 45 e ss del codice del consumo, è formulata da Editoriale Domus Spa. Si può recedere entro 14 giorni dalla ricezione dell'ordine. Per maggiori informazioni visita www.shoped.it/ga

SCARPA



RUSH TRK ^{GTX}

HIKER BEYOND THE ORDINARY.



RUSH TRK ^{GTX} è il nuovo punto di riferimento per l'escursionismo in giornata. È una scarpa realizzata all'insegna del comfort e della tecnologia, con il sistema IKS sulla suola che aiuta a ridurre l'affaticamento del piede durante l'attività.



FRESH
Powered by SCARPA

SHOP ONLINE · [SCARPA.NET](https://www.scarpa.net) @ f

Compagnia dei
Cammini



lun/ven 10-13 e 15-18
tel 0439 026029
info@cammini.eu
www.cammini.eu

 compagniaideicammini

 compagniaideicammini

 compagniaideicammini