

# Sport, natura, enogastronomia. Le attività dell'ASD NaturalMente per l'Estate 2015 stanno per partire

Oramai ci siamo. La stagione dell'**ASD NaturalMente** di Pescocostanzo (AQ) è ai nastri di partenza. Domenica **19 luglio** prenderà il via l'intenso programma delle attività all'insegna dello sport all'aria aperta nei suggestivi ambienti immersi nel cuore degli **Altipiani Maggiori d'Abruzzo**.

Le attività principali che riempiranno il calendario estivo escursionistico sono estremamente interessanti. Alcuni esempi su tutti: **Escursioni tematiche** per far conoscere usi e costumi degli Altipiani Maggiori d'Abruzzi, **Escursioni didattiche** per conoscere il territorio, Spazi dedicati all'**enogastronomia locale** con grigliate e **aperitivi** del montanaro, **Corsi di Nordic Walking** per apprendere la tecnica di camminata con i bastoncini e **Trekking** di più giorni con pernottamento nella natura.

Confermata, a grande richiesta, la **rievocazione della Transumanza**. Per l'occasione, in compagnia di alcuni pastori locali si attraverseranno i **vecchi tratturi** compiendo un vero e proprio salto nel tempo, rivivendo gli **usi e costumi** che, nel corso dei secoli, hanno forgiato le antiche e nobili tradizioni locali. Durante il tragitto, grazie all'allestimento di postazioni *ad hoc*, ci sarà la possibilità di prendere parte ad una serie di dimostrazioni curate dagli stessi pastori inerenti la lavorazione di **prodotti caseari** mediante tecniche antichissime tuttora conservate gelosamente.

"È ora di tornare ad ossigenarsi con bellissime escursioni e attività all'aria aperta" rileva il presidente dell'Associazione Francesco Donatelli "anche per questa stagione estiva, la nostra associazione ha lavorato per organizzare numerose attività per tutte le fasce d'età. Saranno intensificati i **momenti per la conoscenza del territorio** dove istruttori qualificati metteranno in campo la propria professionalità e passione per insegnare ai presenti le peculiarità naturalistiche dei nostri paesaggi."

"Ma non solo" prosegue Francesco Donatelli "come ormai da tradizione verranno organizzate numerose **escursioni e trekking** con difficoltà diverse per far sì che un numero sempre più ampio di persone si avvicini alla montagna con il giusto approccio psicofisico. Anche per allietare i momenti di **sana fatica**, abbiamo previsto momenti di **sano ristoro, denominati "sentieri del gusto"**, con la possibilità di gustare grazie alle grigliate e agli aperitivi del montanaro alcune specialità del nostro territorio. Il **tesoro enogastronomico** che contraddistingue la nostra **terra** è una risorsa da promuovere anche in queste occasioni. Proprio con questo intento, la partecipazione sempre numerosa alle attività promosse dalla **ASD NaturalMente** ci consente di affermare, con un pizzico di orgoglio, che stiamo continuando ad offrire al turismo un taglio diverso ed innovativo in grado di far scoprire e valorizzare il nostro territorio anche sotto l'aspetto **paesaggistico, naturalistico ed enogastronomico**".

Tutte le attività saranno curate da personale competente e qualificato che farà trascorrere momenti di *relax* immersi nella natura lussureggiante degli Altipiani Maggiori d'Abruzzo.

**Per info:**

[www.asdnaturalmente.it](http://www.asdnaturalmente.it)

[info@asdnaturalmente.it](mailto:info@asdnaturalmente.it)