

# Aspettando la Marcia

Marlia, Piazza del Mercato - Sabato **16** Aprile 20**11**

## POMERIGGIO CON I NOSTRI RAGAZZI

Ore 15,30 **Concerto di flauto dolce** eseguito dai ragazzi della Scuola Media di Lammari  
 Ore 16,30 **I 150 anni dell'Unità d'Italia** Concorso creativo rivolto alle scuole dell'Istituto comprensivo di Marlia e Lammari - Premiazione degli elaborati offerta da **Cartomania** Cartoleria - Marlia

## LA SALUTE DEL PODISTA

Convegno – Tavola rotonda

Ore 17,30 **La preparazione atletica - l'allenamento - l'infortunio - l'alimentazione**  
 Relatore **Dott. Alberto Tomasi** - Presidente del Panathlon Club di Lucca

Ore 18,30 **Prevenzione delle cardiopatie**  
 Relatore **Dott. Odoguardi** - Associazione "Amici del Cuore"

Ore 19,00 **Utilizzo del sangue ed emoderivati da donazione**  
 Relatore **Dott.ssa Rosaria Bonini** - Donatori di Sangue "Fratres" - Marlia

## NOTTE in MUSICA

Ore 19,30 **PASTA PARTY PER TUTTI - Vino delle cantine "Colle di Bordocheo"**  
 a cura dell'Ass. Autieri d'Italia sez. di Lucca e Garfagnana

Ore 20,30 **CORRERE SULLE NOTE....**  
 a cura delle Corale "Santa Cecilia" di Marlia

Ore 21,30 **CONCERTO DEL GRUPPO MUSICALE "CLENEMATIZ"**  
 MUSICA dagli anni 60 ai nostri giorni

Durante il corso dell'intera giornata sarà possibile acquistare  
 il tagliando di partecipazione alla 35° Marcia delle Ville al costo di € **2,50**



...i Nostri Salumi Toscani...

*L'aria della valle, che si estende  
 dalla Garfagnana alla Versilia,  
 insieme alla sapiente speziatura,  
 dona ai nostri salumi  
 un sapore ed una leggerezza irripetibili*

**Salumi Benvenuti s.r.l.**  
 Via SS. Annunziata, 1225/c - 55017 Lucca  
 Tel. 0583 426060 - Fax 0583 426085  
[www.salumibenvenuti.com](http://www.salumibenvenuti.com)  
[info@salumibenvenuti.com](mailto:info@salumibenvenuti.com)



**BANCO di LUCCA  
 e del TIRRENO S.p.A.**

Gruppo Bancario Cassa di Risparmio di Ravenna S.p.A.  
 Gruppo Autonomo di Banche Locali

Agenzia di Lucca n. 1  
 Viale Marti, 443 - Lucca

Agenzia di Castelvevchio P.  
 Via G. Pascoli, 37 - Barga

Agenzia di Prato n. 1  
 Via Valentini, 7

Agenzia di Marlia  
 Via Paolinelli, 44 (Capannori)

Agenzia di Piazza al Serchio  
 P.za Giovanni XXII, 4/a

Agenzia di Firenze n. 1  
 V.le Gramsci, 17

Agenzia di Castelnuovo G.  
 Via Togneri, 10

Agenzia di Viareggio  
 P.za Manzoni, 15

Agenzia di Firenze n. 2  
 Via delle Cento Stelle, 19

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

*Augura una piacevole giornata!*



**www.alfrun.com**

**Area tecnica per il running**



**Punto Vendita ALFRUN**  
 Passeggiata a Mare, 49  
 55049 Viareggio (LU)

Tel: 0584427032



Con il Patrocinio di:

ASSOCIAZIONE PODISTICA MARCIATORI MARLIESI ORGANIZZA

Con la collaborazione di:

# Domenica 17 Aprile 2011

## 35ª Marcia delle Ville

MARLIA - LUCCA

Vivi l'emozione di una passeggiata nella storia tra l'arte e la cultura delle ville storiche lucchesi....

Ti aspettiamo, non mancare!

Gara Podistica di km 7 • 10 • 16 • 22 • 27 – Minimarcia km 3

**www.marciatorimarliesi.it**

# Aspettando la Marcia

Venerdi **15** & Sabato **16** Aprile 20**11**

## PROGRAMMA ESCURSIONISTICO

### VENERDÌ 15 APRILE ► BIKE TOUR delle VILLE

Un itinerario alla scoperta delle colline capannoresi in bicicletta, lungo sentieri e mulattiere che uniscono le ville più belle della Lucchesia. Percorso adatto alla mountain bike o city bike, accompagnati da Guida Ambientale / Guida di Mtb, per seguire un tracciato recentemente recuperato dal Comune di Capannori. Il tracciato collega Marlia con Camigliano ed unisce idealmente Villa Reale con Villa Torrigiani, collegando con esse tutte le altre antiche e signorili dimore.

### SABATO 16 APRILE ► NORDIC WALKING sulle COLLINE della MARCIA

Escursione guidata dedicata agli appassionati di questa nuova disciplina. Il Nordic Walking è molto diffuso nel Nord Europa e negli Stati Uniti, è stata definita la disciplina sportiva a maggior tasso di crescita degli ultimi 10 anni. I motivi del suo successo sono la caratteristica di essere adatta a tutti, la possibilità di essere praticata ovunque ed in ogni stagione ed i numerosi benefici sul corpo che derivano dalla pratica costante. L'itinerario si snoderà nella zona delle colline capannoresi che normalmente viene coinvolta dalla Marcia delle Ville solo marginalmente, fino al paese di S. Gennaro, caratteristico borgo posto in zona panoramica.

ORGANIZZAZIONE: **PIETRAPANA.GUIDE AMBIENTALI**  
 Per informazioni e prenotazioni: **333-1323726 / [guido.pietrapana@gmail.com](mailto:guido.pietrapana@gmail.com)**

Marlia, Piazza del Mercato - Sabato **16** Aprile 20**11**

**Village Marcia delle Ville:** Mini expo formato da diverse categorie merceologiche.  
 Apertura al pubblico dalle ore 9:00 alle ore 23:00.

**Gara a "6 zampe":** Gara di bellezza e giochi con i nostri amici a quattro zampe.  
 Ore 14:00 iscrizione alla gara canina ore 15:00 inizio gara ore 18:00 premiazione

## PHOENIX RACING - FANTIC DAYS

Prova moto da Enduro - Sabato 16 aprile - Marlia



**FARMACIA MARLIA**

Orario continuato da LUNEDÌ a SABATO dalle 8,00 alle 20,00  
 Tel. 0583 30206  
 Viale Europa, 313/V - Marlia (LU)

DA NOI TROVI

- Autoanalisi
- Servizio CUP
- Omeopatia
- Prodotti Galenici
- ed Erboristici



La manifestazione, è aperta a tutti, rientra nella disciplina della L.R.T. n. 35 del 9 luglio 2003 art. 1, c. 4 che definisce questa attività come motoria - ricreativa. Non è richiesta certificazione medica di alcun tipo.

Marcia valevole per i calendari del:

**TPL • CPPP • CIMS • Stramarciatore • FIASP**

Ritrovo: **Mercato Ortofrutticolo di Marlia**

Quota di iscrizione: € **2,50**

Partenza libera dalle ore **8,00** alle ore **9,00**

Chiusura manifestazione ore **13,00**

Percorso da "Nordic Walking": € **2,50**

Tali somme non sono soggette ad IVA a norma dell'art. 4 secondo e sesto periodo DPR 633/72 e successive modificazioni. I contributi suindicati sono finalizzati alla realizzazione della manifestazione in oggetto del presente volantino in diretta attuazione degli scopi istituzionali ai sensi dell'art. 2, comma 1 del D.L.G.S. 460/97 e del secondo comma dell'art. 150 del T.U. I.R.

**Numerosi posti di ristoro lungo il percorso ed all'arrivo**

**Ristoro senza glutine in zona arrivo**

**Premi ai gruppi sportivi più numerosi ed a tutti i partecipanti.**

In ricordo della **35<sup>a</sup> Marcia delle Ville** sarà possibile acquistare questa originale maglietta al costo di € **5,00** prenotazioni al n. **349.6092827** o **caterina.ferroni0@alice.it**

Per maggiori informazioni:

Telefonare al n. **377.2886423 - 347.1891264**

Scriveteci ad: **info@marciatorimarliesi.it**

Visitate il nostro sito: **www.marciatorimarliesi.it**

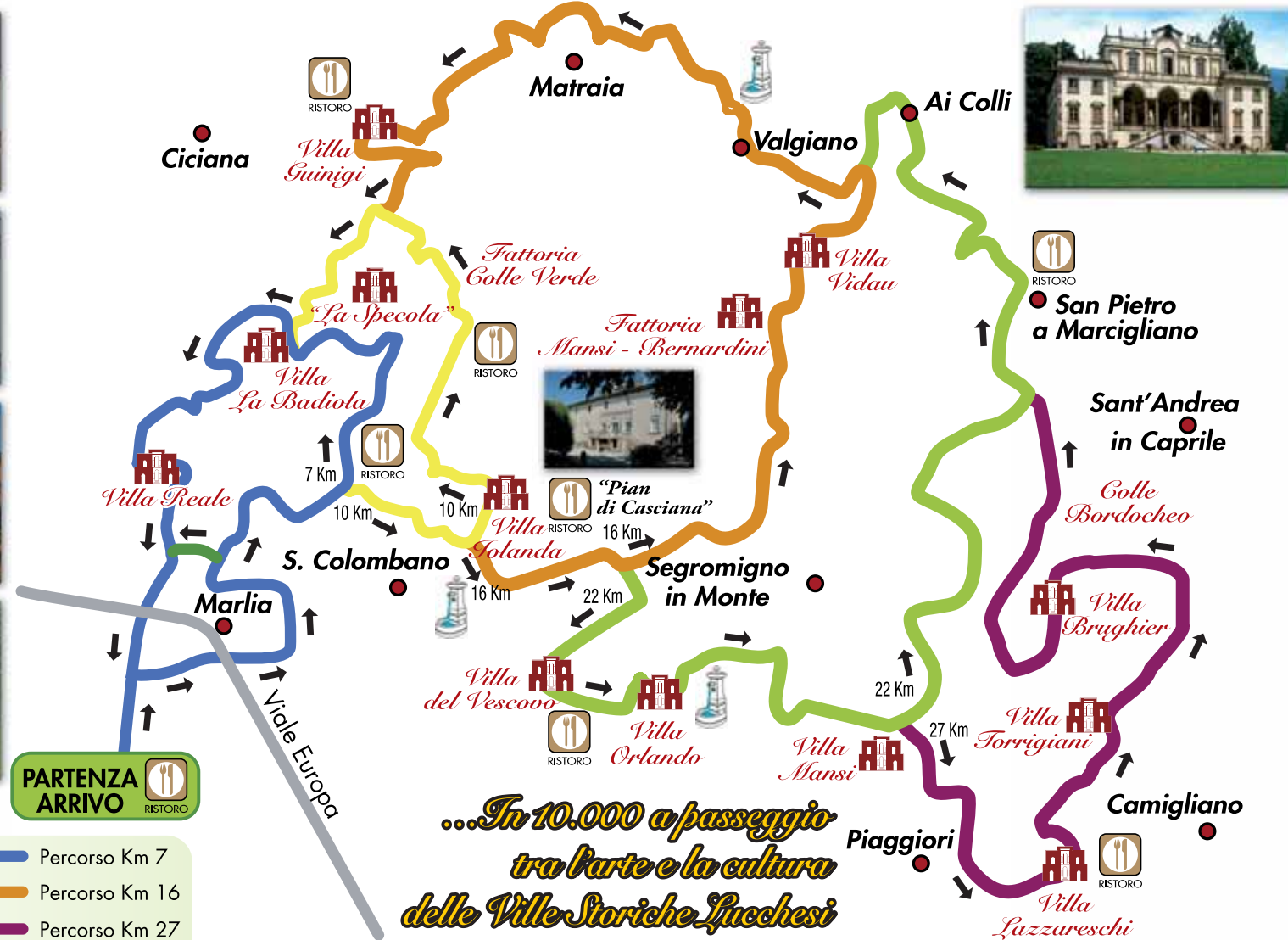
Info Nordic Walking: **333.1323726 - guido.pietrapana@gmail.com**

La marcia sarà ripresa dalle telecamere di **NOI TV, Toscana TV** e sarà trasmessa sul canale **843 di SKY**

**FERRAMENTA PM**  
VERNICI - PITTURE - UTINSELERIA - IDRAULICA  
ELETTRICITÀ - CASALINGHI - GIARDINAGGIO

**APERTO DAL LUNEDÌ AL SABATO**  
**ORARIO CONTINUATO 7.30 - 19.30**

**FERRAMENTA PM** s.r.l.  
Via Nuova, 50 - Segromigno in Monte - Tel. **0583.928117**



Location Ufficiale



**PUNTI di PREISCRIZIONE**

- ▶ **Junior & Instep** - Viale Europa, 313/Z - Marlia (LU)
- ▶ **Fioreria Renata** - Via Paolinelli Liliano, 10 - Marlia (LU)
- ▶ Erboristeria **"Principessa della Natura"** - Via Paolinelli, 25/b - Marlia (LU)
- ▶ **Alf Run** - Passeggiata a Mare - Viareggio (LU)

**Junior**

MODA BAMBINO  
Viale Europa 313/Z - Marlia 55014 (LU)  
Tel. 0583.406544

**instep**

KIDS SHOES  
Viale Europa 313/Z - Marlia 55014 (LU)  
Tel. 0583.407411

**NOLEGGIO SEDONI**

Muoviamo le vostre idee  
infoline 0573 534438  
PISTOIA • PRATO • MONTECATINI  
**www.sedoni.it**

**Eudania**  
SOCIETÀ ITALIANA DI RISTORAZIONE

**Welcome to Lucca**  
Il piacere di accogliervi  
**www.welcomeinlucca.it**  
**Ospitalità a Lucca,**  
**Valle del Serchio e Versilia**  
in B&B Hotels e Agriturismi  
Ristoranti e prodotti tipici  
Pacchetti turistici, agenzie e servizi.  
Itinerari e percorsi alla scoperta  
di Lucca e delle Terre di Lucchesia.  
INFORMAZIONI SU:  
**www.welcomeinlucca.it**  
**reservation@welcomeinlucca.it**

**PROPOSTE PER VISITE GUIDATE**

- **Tour classico della città**  
circa 2 ore e mezza a passeggio in centro per scoprire 1000 motivi per tornare.
- **Lucca vista dalle Mura**  
circa 2 ore e mezza camminando sulle Mura per individuare dentro e fuori le testimonianze dell'arte cittadina.
- **Villa Torrigiani: splendore e fascino della campagna lucchese**  
Visita del giardino e della Villa.  
Info: **339.6328832** (Antonella)  
**339.1929899** (Laura)