

Aspettando la Marcia

Marlia, Piazza del Mercato - Sabato 16 Aprile 2011

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 "Frates" - 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 "CLENDEMATIZ"
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



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
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 Castelvecchio 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.zza Giovanni XXII, 4/a

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

Agenzia di Castelnuovo G.
Via Togneri, 10

Agenzia di Viareggio
P.zza Manzoni, 15

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

www.bancodilucca.it

Augura una piacevole giornata!

ALF RUN

www.alfrun.com

Area tecnica per il running



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

Tel: 0584427032



Domenica 17 Aprile 2011

35^a 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!**

i'm lovin' it
Gara Podistica di km 7 • 10 • 16 • 22 • 27 – Minimarcia km 3
www.marciatorimarliesi.it

Aspettando la Marcia

Venerdì 15 & Sabato 16 Aprile 2011

PROGRAMMA ESCURSIONISTICO

VENERDÌ 15 APRILE ►

BIKE TOUR delle VILLE

Un itinerario alla scoperta delle colline capannoiesi 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 capannoiesi 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

Marlia, Piazza del Mercato - Sabato 16 Aprile 2011

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



www.phoenixracing.it



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 sindacati 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^a 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**

