

# Città del BEN...ESSERE!!!

## GUBBIO - XXXIII EDIZIONE

# “SVILUPPO SOSTENIBILE”

“AGENDA 2030”



### Sabato 13 luglio

Ore 18:00

Piazza Grande  
“Handmade”



### Domenica 14 luglio

Ore 8:30

Sala Trecentesca  
Piazza Grande  
“Marcia”



In collaborazione con:



INFO: tel. 075 9221045 - [www.adiitalia.org](http://www.adiitalia.org) - [www.nutrition.it](http://www.nutrition.it)

 ADI - Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica

 Centro Studi Nutrizione Umana

®



**Domenica 14 luglio appuntamento alle ore 8,15 in Sala Trecentesca a Piazza Grande**



Ci addenteremo nei vicoli del Centro Storico per ammirare lo slancio verso l'infinito offerto dalla vista del Palazzo di Consoli.



Attraverseremo poi il parco del Teatro Romano per godere di uno splendido colpo d'occhio sulla Città.



Risaliremo poi lungo un tratto della cosiddetta “gola dell’iridio” fino all’acquedotto medioevale, lo percorreremo prima con una inusuale vista sulla valle e poi, ripercorrendo a ritroso il tracciato, ammireremo la visuale del lato monte.



Ridiscenderemo in Città rinfrescati dall'ombreggiatura dei monti e chiuderemo il percorso a Piazza Grande, dove ci attenderanno gli Sbandieratori di Gubbio.



Consigliamo di utilizzare il parcheggio gratuito del Teatro Romano e raggiungere a piedi Piazza Grande in circa 10 minuti. Il percorso della marcia è di circa 10 km e presenta un dislivello di 120 metri, è percorribile a piedi con una difficoltà media, si consiglia comunque l'utilizzo di scarpe comode e la disponibilità di un K-Way in caso di maltempo.

I minorenni possono partecipare in presenza dei genitori.

**Iscrizione gratuita e obbligatoria entro mercoledì 10 luglio:**

**tel. 075 9221045 – [gubbio@pgcesvol.net](mailto:gubbio@pgcesvol.net)**

Chi vorrà potrà recuperare energie con il “PRANZO MARCIA 2019” da confermare entro il 12 luglio a Moreno (RISTORANTE PICCHIO VERDE), a cui potrete indirizzare le prenotazioni via telefono anche con wa (cell. 388-8465503) o via email ([rist.picchioverde@libero.it](mailto:rist.picchioverde@libero.it)) al prezzo di € 18,00 a persona tutto incluso.

**ANTIPASTO: FRITTATA AL TARTUFO, BRUSCHETTA AL TARTUFO NERO, PROSCIUTTO (AZ. AGRARIA RADICCHI LAURA PRODOTTO LOCALE) BRUSTENGO**

**PRIMO PIATTO: PASSATELLI FREDDI ALL'ORTOLANA**

**SECONDO PIATTO: CINTA SENESE IN AGRODOLCE E SAGRANTINO ACCOMPAGNATO DA TORTA AL TESTO**

**CONTORNO: VERDURA COTTA RIPASSATA**

**DOLCE: CREMA AL CUCCHIAIO AL CIOCCOLATO CON ROTONDO DI GELATO**

**VINO BIANCO E ROSSO DEL CASTELLO DI SOLFAGNANO, ACQUA, CAFFE' E DIGESTIVO.**