



10
sono **5**
FORMA
VADO
museo

12 APPUNTAMENTI
TRA ARTE E BENESSERE
DOVE SI INCONTRANO
CULTURA E SALUTE,
MUSEI E AMBIENTE
PER STARE BENE
E VIVERE GREEN

11-12 / 18-19 luglio 2015
PROGRAMMA COMPLETO SU
sistemamuseo.it

SEGUICI SU
 Terre e Musei dell'Umbria
 Terre Musei Umbria

PRENOTAZIONE CONSIGLIATA
199 151 123 (lunedì-venerdì 9:00-15:00)

IN COLLABORAZIONE CON



Eventuali variazioni al programma, per motivi indipendenti dall'organizzazione, saranno pubblicate sul sito sistemamuseo.it. In caso di pioggia alcune attività all'aperto potranno essere annullate. Le attività potranno essere fotografate e riprese con mezzi audio e video a scopo promozionale e informativo. I partecipanti acconsentono e autorizzano l'uso futuro delle fotografie e delle riprese audio e video per le finalità di cui sopra.

Immagine di copertina tratta da Museo Città di Cannara, part. mosaico (fine I - inizio II secolo d.C.)



25 SISTEMA MUSEO

musei **5**
FORMA

la cultura
fa bene alla salute



11-12 / 18-19 luglio 2015

AMELIA BETTONA BEVAGNA CANNARA CASCIA DERUTA
MARSCIANO MONTEFALCO MONTONE SPELLO TREVI UMBERTIDE

musei FORMA

la cultura
fa bene alla salute

SABATO 11 LUGLIO 2015

SPELLO

9:00 > PASSEGGIATA SOCIAL

PERCORSO FOTOGRAFICO SULLE TRACCE
DELL'ANTICO ACQUEDOTTO ROMANO
In collaborazione con Circolo Cine Foto Amatori Hispellum
PARTENZA DA FONTE BULGARELLA > DURATA 3H

TREVI

9:30 > NORDIC WALKING TRA VICOLI E PIAZZE

CAMMINATA CON BASTONCINI NEL CENTRO STORICO
In collaborazione con Liberamente_Dinamiche di Benessere
PARTENZA DA RACCOLTA D'ARTE DI SAN FRANCESCO > DURATA 2,5H

BEVAGNA

17:00 > ART & BIKE

PEDALANDO IN BICICLETTA TRA BEVAGNA E CANNARA
ALLA SCOPERTA DI TESORI NASCOSTI
In collaborazione con Gira l'Umbria
PARTENZA DA MUSEO CIVICO DI BEVAGNA > DURATA 3H_PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

DOMENICA 12 LUGLIO 2015

MONTEFALCO

10:00 > PAESAGGIAMO

PASSEGGIATA PANORAMICA FINO ALLA TORRE CAMPANARIA
PARTENZA DA COMPLESSO MUSEALE DI SAN FRANCESCO > DURATA 1,5H

DERUTA

18:00 > BAMBINI IN FREESTYLE

PILLOLE DI BREAKDANCE ALLA SCOPERTA DEL MUSEO
In collaborazione con Dance Art Movement
MUSEO REGIONALE DELLA CERAMICA > DURATA 1,5H

UMBERTIDE

18:00 > CORPO AD ARTE

LEZIONE DI PILATES A TU PER TU CON L'ARMONIA DIPINTA DI SIGNORELLI
A cura di Francesco Sangermano
MUSEO DI SANTA CROCE > DURATA 1H

SABATO 18 LUGLIO 2015

MONTONE

9:00 > SCULTURE IN VIAGGIO

A PIEDI FINO ALLA PIEVE DI SAN GREGORIO
SULLE TRACCE DELLE SCULTURE LIGNEE DI MONTONE
In collaborazione con Storicamente
PARTENZA DAL MUSEO DI SAN FRANCESCO > DURATA 2,5H

MARSCIANO

10:00 > GREEN LAB

VIAGGIO IN AUTO ELETTRICHE
E LABORATORIO DEL MATTONE A COMPIGNANO
In collaborazione con Umbria Green Card e Fornace Bernasconi
PARTENZA DA MUSEO DINAMICO DEL LATERIZIO E DELLE TERRECOTTE > DURATA 2,5H
PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

CASCIA

16:00 > IL TESORO DEL TEMPIO DI MARTE

ESCURSIONE A PIEDI
PARTENZA DA PIAZZALE DELLE POSTE > DURATA 2,5H

DOMENICA 19 LUGLIO 2015

BETTONA

9:00 > BETTONA COUNTRY HALF MARATHON

TRA PERUGIA ED ASSISI
A cura di Il Perugino Running Club_ilperuginorunningclub@hotmail.com
PARTENZA DA PIAZZA CAVOUR > Km 21,097

AMELIA

10:00 > ORIENTEERING IN CITTÀ

GIOCO A SQUADRE ALLA SCOPERTA DELL'ANTICHITÀ
In collaborazione con 165m Marmore Falls
PARTENZA DA PIAZZA MATTEOTTI (CISTERNA ROMANA) > DURATA 2,5H

CANNARA

21:00 > DANZAMOVIMENTOTERAPIA AL MUSEO

BELLEZZA IN MOVIMENTO A CONTATTO CON LA STORIA
In collaborazione con Centro Yoga e Benessere Yantra, Alessandra Cappelletti
MUSEO CITTÀ DI CANNARA > DURATA 1,5H

MUSEUM SNACK A KMO

A conclusione di tutti gli eventi spuntino con frutta di stagione al museo
offerto da COLDIRETTI UMBRIA

BETTONA COUNTRY HALF MARATHON

Ingresso gratuito nei nostri musei fino al 31-07-2015 per i partecipanti
alla Bettona Country Half Marathon che esibiranno il pettorale della corsa