

Comune in Movimento



ATTIVITÀ DA APRILE A GIUGNO



Comune di
Tresa



25.04 - POMERIGGIO SPORTIVO ORE 13.30 - LÜSC

01.05 - LA MAGGIOLATA ORE 10.00 - SESSA

09.05 - CORALE CANTIAMO SOTTOVOCE ORE 20.00 - SESSA

**14.05 - FESTA D'APERTURA PICCOLO MUSEO DI SESSA E
MONTEGGIO ORE 16.00 - SESSA**



**17.05 - TRAVERSATA TAMARO-LEMA
RITROVO MIGLIEGLIA ORE 07.30**

(SARÀ RICHIESTO UN CONTRIBUTO PER IL TRASPORTO)

**24.05 - CONFERENZA A SPASSO CON LE PIETRE ORE 17.00 -
SESSA**

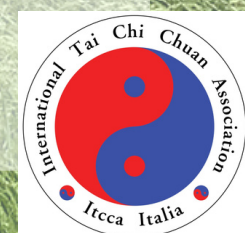
**28.05 - CONFERENZA SPECIALISTICA IN ATTIVITÀ FISICA ADATTA
AD UN PUBBLICO IN ETÀ AVS ORE 14.00 - PONTE TRESA**



**04.06 - CORO IN CANTO CON I PICCOLI, GIOVANI E ADULTI
CONTRAPPUNTI E LE PICCOLE VOCI DI LEMA
ORE 17.00 - SESSA**



**07.06 - QI GONG E TAI CHI - UN'ANTICA DISCIPLINA MARZIALE
INTERNA DI ORIGINE CINESE ORE 10.00, ISCRIZIONE
INFO.ESSEREINSINTONIA@GMAIL.COM - SESSA**



COMUNICAZIONE



Pomeriggio sportivo con la SFG Ponte Tresa

SABATO 25.04.2026 Centro Lüsç Croglio

dalle 13.30 alle 17.30

Unisciti a noi per un pomeriggio all'insegna dello sport e del divertimento!
Vieni a scoprire le nostre attività e a metterti in gioco.

IL PROGRAMMA

SALA MULTIUSO

Corsi fitness (a partire dai 14 anni)

- **Ore 14:00** – Step
- **Ore 15:00** – Forza
- **Ore 16:00** – Softgym

PALESTRA

Bambini e ragazzi

- **Dalle 13:30 alle 16:30** – Percorso con attrezzi

ORE 16:45 – MERENDA PER TUTTI 🍎

Un momento conviviale per ricaricare le energie!

Vi aspettiamo numerosi

La Maggiolata



**Venerdì
1 Maggio**

10:00 Apertura Buvette

12:00 Grigliata mista con contorni

12:30 Suona il gruppo "V.o.i.D."

14:00 Coro Contrappunti

15:00 Tombola

Saranno inoltre presenti le bancarelle di salumi e formaggi locali
e le bancarelle dei dolci.

Durante tutta la giornata ci sarà la musica di Dj Sasa

PIAZZA DA SORA - SESSA

IN CASO DI CATTIVO TEMPO L'EVENTO SARÀ SPOSTATO A DOMENICA 10 MAGGIO



PICCOLO
MUSEO
SESSA-MONTEGGIO

FESTA D'APERTURA 2026

GIOVEDÌ 14 MAGGIO 2026

(ASCENSIONE)

DALLE ORE 16:00

IN PIAZZA BONZAGLIO A SESSA

PAN E SALAM OFFERTI

*“Se ur dì da la Scensa tu mangiet pan e salam,
tu see sicur che ta cagna mia i bis!”*

La Società Musicale Concordia Sessa-Monteggio
allietterà l'evento

VI ASPETTIAMO!

Vi aspettiamo numerosi!



Domenica 17 maggio 2026

Traversata Monte Tamaro-Monte Lema



La traversata Monte Tamaro-Monte Lema è una classica della nostra regione. Impegnativa, ma molto panoramica. Partiremo da Miglieglia con il bus che ci porterà a Rivera. Da qui la salita con la telecabina fino all'alpe Foppa e poi sacco in spalla direzione Monte Tamaro. Lasciamo libera la variante di salire fino alla sua cima. Altrimenti la aggireremo puntando verso i Gradiccioli. Dopo averli affrontati ci fermeremo per il pranzo e proseguiremo verso il Monte Lema. Rientreremo a Miglieglia con la funivia.

Dati essenziali:

Partenza: da Miglieglia (funivia) alle ore 07.30

Dislivello: circa 900 m

Difficoltà: T2+

Durata: 5 ore (senza pause)

Pranzo al sacco

Costi bus, telecabina e funivia ca. 60.- CHF (prezzi definitivi ad iscrizioni rientrate)

Iscrizioni entro il 02 maggio 2026 a

M. Marchesi tel. 076 724 14 07 o email: acquafregia@gmail.com

a "SPASSO" con le PIETRE ticinesi

DOMENICA 24 maggio 2026



**Contrada Trezzini 8 a SESSA
ore 17.00 -18.30**

CONFERENZA gratuita

a cura di Walter Karl

**un vero SPASSO tra le pietre
ticinesi per conoscerle e
riconoscerle, portatrici sane di
BENESSERE
e capaci di sostenerci**

ISCRIZIONI alla conferenza 004178 263 28 20
Oppure scrivere a info.essereinsintonia@gmail.com

Associazione ESSERE in SINTONIA - www.essereinsintonia.ch



Giovedì 4 giugno 2026 ore 17.00

Chiostro di Sant'Orsola a Sessa

CORI IN CANTO

con la partecipazione dei quattro cori
diretti dalla Maestra Anna Negrinotti

**Piccoli Contrappunti
Piccole voci di Lema
Giovani Contrappunti
Coro Contrappunti**

Offerta libera

In occasione dell'evento saranno esposti dei lavori artistici
realizzati dai bambini e ragazzi dei corsi di MaDesi Atelier



Comune di
Tresa



RAIFFEISEN





**L'ASSOCIAZIONE ESSERE IN SINTONIA
LA SCUOLA ITCCA ITALIA
INVITANO**

**ALLA PRATICA GRATUITA
DI
QI GONG E TAI CHI**

**Domenica 7 giugno 2026
ore 10.00-11.30**

**Piazza de Sora a Sessa,
in caso di maltempo
nella Sala di Sant'Orsola
Contrada Trezzini 8-9 a Sessa**

Per info: Irene Binaghi +39 366 410 4868
binaghi.irene@gmail.com