

# LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

## Nordic Walking di Avisport, una passione che non si ferma al Bosco del Rugareto a Rescaldina

Redazione · Monday, April 14th, 2025

Il gruppo **Nordic Walking di Avisport che si allena nel Bosco del Rugareto a Rescaldina** si fa sempre più grande grazie alle numerose giornate di open day che ormai si svolgono mensilmente da un anno a questa parte e grazie anche al passaparola dei partecipanti che non si limitano più ai soli cittadini e cittadine di Rescaldina, **ma arrivano anche dai comuni limitrofi di Cerro Maggiore, Gerenzano, Cisalgo e Legnano.**

L'idea di praticare il Nordic Walking nel Bosco del Rugareto venne al gruppo informale rescadinese Amici del Rugareto nell'aprile del 2024. **L'obiettivo dei due fondatori, Alex Carsetti e Noemi Bolis, era quello di far vivere le bellezze naturalistiche del Bosco del Rugareto a più persone possibili.** Grazie ai rapporti cordiali con Pierangole Colavito, presidente Avis e istruttore di camminata nordica per Avisport, si riuscì a trasformare questo sogno in realtà. Colavito infatti mise in contatto Amici del Rugareto con Roberto Meraviglia, istruttore Avisport con un'esperienza decennale. Da maggio 2024 in poi vennero organizzate delle giornate di open day che riunirono già una decina di persone, molte delle quali facenti parte anche del progetto di cittadinanza attiva Adotta un Sentiero, ideato e promosso da Amici del Rugareto.

Tra marzo e aprile 2025 si sono tenute **due serate informative presso la sede della Pro Loco di Rescaldina**, dove Roberto Meraviglia e Sara Borghi, farmacista e consulente nutrizionale, hanno illustrato i benefici di questo sport. Ad oggi il gruppo che si riunisce settimanalmente per allenarsi nei boschi di Rescaldina è arrivato a contare 30 iscritti, anche e soprattutto grazie all'entusiasmo del maestro Roberto.



Oltre ad essere un pratica sportiva adatta a tutti e dai grandi benefici sulla mente e sul corpo, l'atto di praticare la camminata nordica sta ridando vita ad uno degli ultimi polmoni verdi della provincia di Milano. Il Bosco del Rugareto infatti si trova in una posizione strategica, tra il Parco dei Mughetti e il Parco Pineta e può vantare la presenza sia di essenze autoctone di pregio che di animali selvatici essenziali per la biodiversità. Frequentare il Bosco del Rugareto significa anche riappropriarsi di un luogo che negli ultimi anni ha visto la presenza di attività illecite come lo spaccio.

**Le prossime giornate di open day sono:**

- sabato 17 maggio con doppio turno **eccezionalmente** alle 14 e alle 16.30;
- sabato 21 giugno, con doppio turno alle 10 e alle 14.

This entry was posted on Monday, April 14th, 2025 at 2:45 pm and is filed under [Alto Milanese](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.