

Torna Montagne Super-Abili, dove le attività outdoor diventano mezzo d'inclusione: la quinta edizione il 26 settembre 2026 a Gubbio

Per il quinto anno consecutivo torna l'appuntamento dedicato all'inclusione sociale attraverso esperienze nella natura, momenti creativi e attività all'aria aperta accessibili a tutti.

Montagne Super-Abili, l'evento in cui benessere e inclusione si incontrano, si svolgerà quest'anno il 26 settembre, al **Parco archeologico del Teatro Romano di Gubbio**. Secondo il consueto format, la giornata prenderà avvio alle **9.30** e sarà scandita da **escursioni inclusive** alla scoperta dello splendido territorio eugubino, **attività sportive accessibili e laboratori creativi** pensati per stimolare fantasia, espressione, collaborazione e partecipazione. La partecipazione è gratuita previa [iscrizione](#). La giornata terminerà con un **pranzo offerto** a tutti i partecipanti, pensato come un momento di condivisione, inclusione e socialità.

L'iniziativa è promossa dall'**ASD Trekkify APS** di Perugia e si attua anche quest'anno grazie alla proficua collaborazione con le associazioni e le amministrazioni locali, in particolare il **Comune di Gubbio**, **Atelier Crescere con Arte** e l'**ASD Rugby Gubbio**. Si svolge inoltre nell'ambito del progetto **Deep Blue Green** e fa parte della serie di attività gratuite che, nella [Settimana Europea dello Sport](#) (dal 23 al 30 settembre), l'associazione perugina organizza per la promozione della salute fisica e mentale attraverso gli sport in natura.

Tutte le iniziative presentate godono del supporto della **Commissione Europea** (programma *Erasmus+*), del patrocinio della **Regione Umbria**, della **Federazione Italiana Escursionismo (FIE)**, di **Csen Perugia** e del **Comune Gubbio**.

IL PROGETTO - **Deep Blue Green** intende promuovere la salute fisica e mentale attraverso lo sport in natura, con un'attenzione particolare all'inclusione sociale e alla sostenibilità ambientale. Coinvolge partner di quattro Paesi (Grecia, Malta, Italia e Portogallo) e si concentra su gruppi spesso esclusi dalla pratica sportiva: persone con disabilità fisiche o intellettive, anziani e individui fisicamente inattivi. L'obiettivo è duplice: **motivare i partecipanti a uno stile di vita attivo e sano e rafforzare il legame tra corpo, mente e ambiente naturale**. L'approccio innovativo combina sport, psicologia, educazione ambientale e inclusione, contribuendo concretamente agli obiettivi del piano europeo *HealthyLifestyle4All*. Attraverso attività in ambienti "verdi" e "blu" — foreste, parchi, laghi, mare — **Deep Blue Green** vuole diventare un esempio europeo di buona pratica, replicabile in altri contesti per promuovere una società più sana, equa e sostenibile.

LA SETTIMANA EUROPEA DELLO SPORT - La **Settimana Europea dello Sport**, *European Week of Sport*, è un'iniziativa lanciata dalla Commissione europea nel 2015 per **promuovere lo sport, gli stili di vita sani e attivi, il benessere fisico e mentale dei cittadini della Comunità europea**. L'obiettivo è di riuscire, attraverso lo sport, a riunire individui di tutte le generazioni generando un senso unico di comunità, costruire resilienza e contribuire alla felicità e al benessere della persona.

L'ORGANIZZATORE – L'**ASD Trekkify APS**, nata nel novembre 2019, intende diffondere e valorizzare la pratica sportiva connessa al **trekking**, all'**escursionismo**, all'**arrampicata**, al **ciclismo** e, **in generale, agli sport all'aria aperta**. Lo scopo primario è quello di incoraggiare l'attività fisica e il benessere che ne deriva, ma anche promuovere l'educazione ambientale, il rispetto e il buon governo del territorio. Appartenente alla **Federazione Italiana Escursionismo (FIE)** e al **Centro Sportivo Educativo Nazionale (CSEN)**, è attiva in **numerosi progetti legati alla sostenibilità, all'inclusione e alla diffusione del benessere tramite il contatto responsabile con la natura**.

Tutte le attività previste per la Settimana europea dello Sport sono gratuite previa iscrizione. Per maggiori informazioni e iscrizioni visitare www.trekkify.it