

Con il patrocinio di:



Città di Ivrea

10° Giornata Mondiale HEALTH QIGONG



IVREA 2026



PROGRAMMA GIORNATA 12/09/2026

Cenni di Storia

**“...Ivrea la bella che le rosse torri specchia sognando a la
cerulea Dora nel largo seno, fosca intorno è l'ombra di re
Arduino...”** (Giosuè Carducci)

Ivrea è situata nella zona storico-geografica del Canavese, della quale viene considerata il capoluogo.

Il 1º luglio 2018 è entrata a far parte del patrimonio mondiale dell'UNESCO (54º sito italiano). Il 16 febbraio 2022 è stata decretata Capitale italiana del libro per il 2022. Oltre ad essere una città ricchissima di storia è famosa in tutta Italia per alcuni eventi culturali di spicco:

- la fiera di San Savino, importantissima fiera di cavalli (Ivrea infatti ha una tradizione equestre molto sentita tanto che in antichità veniva denominata Eporedia da Ipporedia)
- lo storico Carnevale, conosciuto per la celebre "battaglia delle arance" che risale al 1808, anno in cui l'Impero Napoleonico ordinò di unificare i carnevali regionali in un'unica festa.

La leggenda su cui si costruisce gran parte del carnevale narra che Violetta, la figlia di un mugnaio promessa sposa a Toniotto, si ribella alle pretese del feudatario che reclama il diritto allo jus primae noctis. Fingendo di accettare l'invito, dopo essersi recata nel castello di San Maurizio, uccide il tiranno con un pugnale che aveva nascosto tra i capelli e dà il segnale al popolo, il quale si solleva contro i nobili. Il popolo infatti viveva momenti difficili anche a causa delle tasse sul macinato e sul matrimonio. La spada con l'arancia posta nella sua sommità vuole rievocare la testa del tiranno ucciso.

Timing della GMHQ

ORARIO	LUOGO
Ore 9:30	RITROVO PARCHEGGIO PIAZZA DEL MERCATO IVREA Via Circonvallazione (Parcheggio molto grande e libero)
Ore 10:00	SI RAGGIUNGE L'AREA PEDONALE E IL CASTELLO DI IVREA (7 minuti a piedi) DOVE VERRA' EFFETTUATO IL COLLEGAMENTO
Ore 11:00	PIAZZA OTTINETTI SECONDO MOMENTO DI PRATICA CONDIVISA
Ore 11:30	SI RAGGIUNGE PARCO CANOA CLUB (10 minuti a piedi) TERZO MOMENTO DI PRATICA CONDIVISA
Ore 12:00	PIAZZA VITTORIO EMANUELE QUARTO MOMENTO DI PRATICA CONDIVISA
Ore 13:00	PRANZO IN RISTORANTE COMODO DA RAGGIUNGERE A PIEDI

Ogni tappa è raggiungibile a piedi con brevi distanze (3-7 minuti) e all'interno di area pedonale, sicura dal traffico automobilistico.

Trasporti e logistica:

Ivrea è facilmente raggiungibile sia in automobile (attraverso autostrada Torino-Valle D'Aosta A5 con apposita uscita IVREA). Oppure in treno, Ivrea infatti è dotata di stazione ferroviaria (MOVICENTRO) che dista soli 3 minuti a piedi dall'area pedonale in cui si svolgerà la manifestazione.

Sistemazioni:

Come si potrà verificare attraverso i portali di prenotazioni on-line, quali ad esempio Booking. com sono molte le strutture capaci di ospitare in zona, di seguito alcuni esempi indicativi:

- **Residenza Castellazzo: Via Castellazzo 30 IVREA**
- **Appartamenti i Colori: Via Piave 10 IVREA**
- **Il Rifugio di Pongo: Via C. Casale 60/2 IVREA**
- **Cà Matilde: Via Cantone Getto 45 IVREA**
- **Casa del Tennis: Via De Gasperi 3 IVREA**

Altre sistemazioni possono essere trovate nei paesi limitrofi: Viverone, Piverone, Borgofranco d'Ivrea, Biella.



Ricordiamo inoltre che vicino ad Ivrea ci sono dei luoghi di interesse che possono essere visitati con piacere degli ospiti:

Pasticceria Balla: sul lungo Dora di Ivrea, è famosa per aver inventato la Torta 900.

Castello di Masino: fortezza dell' 11° secolo, a 14 km di distanza.

Lago di Viverone: dista solamente 16 km.

Biella: distante 27 km.

Caldelo: Recetto, Borgo Antico di epoca medievale, a 23 km.

Santuario di Oropa: Santuario Mariano della "Madonna Nera" località strepitosa a 1300 m.l.m. a soli 36 km di distanza.



Informazioni Utili:

Prenotazione Ristorante: Telefono o Whatsapp a
Alexandra Valciu 351.55.75.281

Si mangerà presso il RISTORANTE PIZZERIA LA LUCCIOLA
(situato nel centro storico di Ivrea e raggiungibile a piedi in
pochissimi minuti e il menù sarà alla carta).

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA ENTRO IL 20 AGOSTO 2026

Il Costo di partecipazione della GMHQ è di € 20,00,
la maglietta è inclusa nel costo di partecipazione.

Per ogni altra informazione:

- Segreteria IHQA: ihqa2016@gmail.com
- Segreteria FudoShin: fudoshinartimarziali@gmail.com