



LA GRANDE VIA

LA VIA DELLE FORESTE Il Risveglio dei Sensi

Una giornata intera nelle magiche foreste casentinesi per scoprire e sperimentare i benefici dell'immersione nelle foreste

Domenica 16 maggio 2021
Mausolea, SOCI (AR)

Percorso ad anello Sacro Eremo di Camaldoli - Rifugio Fangacci - Sacro Eremo di Camaldoli
Il percorso sarà accompagnato da Andrea Pellegrini guida ambientale e autore di diversi libri sulla Natura e da Lucia Vigiani insegnante di yoga, naturopata e counselor

Per info e iscrizioni: info@lagrandevia.it; Tel. +39 324 792 9144

- 07.30** Registrazione dei partecipanti e Presentazione de La Via delle Foreste presso La Mausolea
- 08.30** Partenza per il Sacro Eremo di Camaldoli
- 09.00** Saluto alla Foresta
- 10.00** Camminata accompagnata dalle Guide ambientali con introduzione all'habitat delle Foreste del Parco
- 11.00** Esperienza sensoriale dedicata al tatto: radicamento e scambio energetico con la natura
- 11.30** Camminata verso il Rifugio Fangacci
- 13.00** Esperienza sensoriale dedicata al gusto: Pic-nic MacroMediterranea® nel Parco delle Foreste Casentinesi
- 14:00** Camminata in Foresta
- 15:00** Esperienza Sensoriale dedicata alla vista: visualizzazione e consapevolezza della prosperità e abbondanza della natura. Saluto alla Foresta.
- 15:30** Partenza per la Mausolea
- 16:00** Esperienza sensoriale dedicata all'olfatto: le essenze del giardino si svelano. Tisana e merenda MacroMediterranea®
- 17:30** Saluti e fine evento

N.B. Il programma è indicativo e potrebbe subire variazioni