



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 9 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 Massimo Provasi da oltre 30 anni divulgatore del benessere attraverso l'insegnamento delle discipline orientali

Per info e iscrizioni: mausolea@lagrandevia.it; Tel. 349 4219837

- 07.30** Registrazione dei partecipanti e Presentazione de La Via delle Foreste presso La Mausolea
- 08.45** Partenza per il Sacro Eremo di Camaldoli
- 09.30** Inaugurazione La Via delle Foreste ed esperienza sensoriale dedicata all'udito. Attraverso un canto armonico ci presentiamo 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** Passeggiata contemplativa in Foresta
- 15:00** Esperienza Sensoriale dedicata alla vista: visualizzazione e consapevolezza della prosperità e abbondanza della natura. Canto di ringraziamento e di 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