

## **ESCURSIONE CON LE GUIDE DEI PARCHI ALPI COZIE**

*Domenica 10 e 24 ottobre 2021*

*Parco naturale dei laghi di Avigliana*

**L'ANIMA DEL BOSCO**

***Meditazione in cammino e Shinrin Yoku***



**Partenza e ritrovo** ore 9.30 ad Avigliana, ingresso Parco naturale, via Monte Pirchiriano, angolo via Pontetto. Rientro previsto per le ore 12,30.

**Dislivello** 50 m

**Facile escursione** nei boschi del Parco naturale dei laghi di Avigliana (per adulti e ragazzi) dedicata alla conoscenza dei benefici del vivere il momento presente e del Shinrin yoku, pratica giapponese di connessione con la natura.

**Abbigliamento** adeguato per camminata nei boschi, scarpe da trekking, borraccia.

*Al termine della camminata è prevista una visita all'azienda agricola **Renzo Oliva**, produttore aviglianese che coltiva ortaggi con metodo naturale e aderisce al progetto **Parchi da Gustare***

**Disposizioni anti-covid19** obbligo mascherina e gel disinfettante a base alcolica, impegno a rispettare tutte le disposizioni di sicurezza impartite dalla guida, max 15 partecipanti

**€ 12,00 a persona**

Ragazzi dai 6 ai 16 anni €7,00

*Sconto di € 2,00 (solo per le quote intere)  
per ogni familiare che si aggiunge al partecipante*

**Elena – 333.4244678**

***erefbianchi@gmail.com***

***prenotazione obbligatoria entro sabato 11 e 23 ottobre 2021***



**[www.parchialpicozie.it](http://www.parchialpicozie.it)**  
**[info.alpicozie@ruparpiemonte.it](mailto:info.alpicozie@ruparpiemonte.it)**  
**[@parchialpicozie](https://www.instagram.com/parchialpicozie)**

