



# Bagno di Bosco

Parco del Ticino – Cuggiono  
sabato – 22 maggio 2021



In piena primavera, gli alberi si colorano di fiori, i profumi diventano più intensi,  
il sole inizia a scaldare la pelle

*Risveglia la tua Meraviglia!!!*

Ti condurrò in una esperienza

“Di connessione profonda con la Natura” nel parco del Ticino

Avremo modo di assaporare la **lentezza**

e questo permetterà di accorgerci della **bellezza** che la Natura ci propone

in **ascolto** di ciò che è dentro e fuori noi

*Concediti questo dono!*

Esperienze come questa hanno dimostrato di  
portare benefici a tutto il nostro Essere ed alla Natura  
*in un circolo virtuoso:*

quando diventiamo sensibili nei confronti con la Natura,  
la rispettiamo e la proteggiamo  
lei ci regala le sue bellezze e il suo sostegno

**Conduce: Ornella Bianchi – Forest Coach e Forest Ambassador**

Ritrovo ore 10:00

partenza ore 10:30

conclusione ore 13:00 circa

per chi lo desidera, possibilità pranzare presso il bar dell' **Oasi del Ticino**

Si consigliano abiti comodi, adeguati alla stagione, scarpe da trekking,  
bottiglia dell'acqua, mantellina per la pioggia, un telo leggero

Praticabilità percorso: 5/5

impegno fisico: 1/5

Quota di partecipazione:

20 euro (+ 5 euro per l'iscrizione all'associazione Namastè)

Posti limitati - prenotazione obbligatoria al link:

<https://www.yogameditazionebenessere.it/it/eventi/1559-bagno-di-bosco>

Per informazioni: [namaste@yogameditazionebenessere.it](mailto:namaste@yogameditazionebenessere.it)

Mob: +39 339 308 0984



Nel rispetto delle misure attualmente in vigore per la prevenzione della diffusione del virus Covid-19, sarà garantita la distanza minima di almeno 1 metro tra i partecipanti, le pratiche proposte sono individuali e si svolgono all'aria aperta. Si invitano tutti i partecipanti a munirsi di mascherina e di non partecipare qualora avessero una temperatura corporea superiore ai 37,5 gradi centigradi, o manifestassero altri sintomi influenzali.

Con il patrocinio del 

Sviluppo Sostenibile:  
tutela della biodiversità e dell'ambiente,  
qualità della vita