Bagno di bosco Shinrin-Yoku

Agosto 2025

Nella stupenda pineta di:

SANT'ANNA DI ROCCABRUNA (Valle Maira)

Sabato 23 agosto ore 10

Domenica 31 Agosto ore 10

Durata: ore 2,30
Percorso: facile
Abbigliamento: comodo, scarpe da trekking
Cosa portare: tappetino, acqua

Costo: € 25

(Al momento della prenotazione è richiesto un acconto di €15 non rimborsabile in caso di disdetta da parte del partecipante)

LAURA

Guida certificata CSEN in Bagni di Bosco

Info e prenotazioni
Cell. 339 4261162

Prenotazione obbligatoria
Gruppo minimo 5 persone

BAGNO DI FORESTA
SHINRIN YOKU

Percorso guidato alla scoperta della natura attraverso i 5 sensi

Portare attenzione al nostro respiro, rigenerarsi, rilassare mente e corpo

Abbassare lo stress

Una pratica intensa ricca di sorprese ed emozioni

LUOGO: SANT'ANNA DI ROCCABRUNA (CN)
PERCORSO: FACILE
DURATA: ORE 2,30

Info e prenotazioni

Tel. 339 4261162

il_respiro_del_bosco

LAURA

Guida diplomata CSEN
in Bagni Forestali