

Il piacere di andar per monti

.....in là.....in sù.....in sè.....

Sasso Gordona, Le Peonie e i colori della natura

...guardare, respirare, e sentirsi parte della natura...



Il ritrovo è previsto al parcheggio di McDonald per le 7 di domenica 30 Maggio.

Ci divideremo sulle auto e partiremo per San Fedele in Val d'Intelvi.

Immersi in un ambiente unico, cercheremo di riprendere il contatto con la natura, il corpo e i nostri sensi assopiti.

La Vetta rocciosa del Sasso Gordona domina la Valle d'Intelvi, con un facile sentiero arriveremo sino al rifugio Prabello, da qui faremo il giro del monte alla ricerca dei mille colori e delle sensazioni di primavera. Sarà inoltre occasione per percorrere alcuni tratti delle fortificazioni della linea Cadorna.

Il cammino sarà un'occasione per godere di luoghi che ci porteranno a guardare, ascoltare, toccare e respirare cercando di ampliare le sensazioni .. ci sentiremo così.... parte della natura.

Durante il percorso verranno proposti alcuni esercizi di bioenergetica per favorire l'ascolto di sé e della magica atmosfera dell'ambiente in cui ci immergeremo.



E' preferibile l'utilizzo di scarponcini da trekking e abbigliamento adeguato.

L'escursione non avrà luogo se non si raggiungeranno un numero minimo di partecipanti

Costo 35 Euro escluso spese di viaggio, colazione a sacco.



Per info ed adesioni contattare Galbiati Serafino tel 039-744619 335-284602

e-mail: serafino.galbiati@tin.it www.bioenergeticamente.it

Ps: tutti i percorsi e i sentieri proposti sono semplici e dichiarati sulla escursionistica di tipo T (per tutti). In qualsiasi caso i partecipanti dichiarano di essere responsabili per se stessi e di partecipare autonomamente all'escursione suggerita.