



Domenica 23 marzo

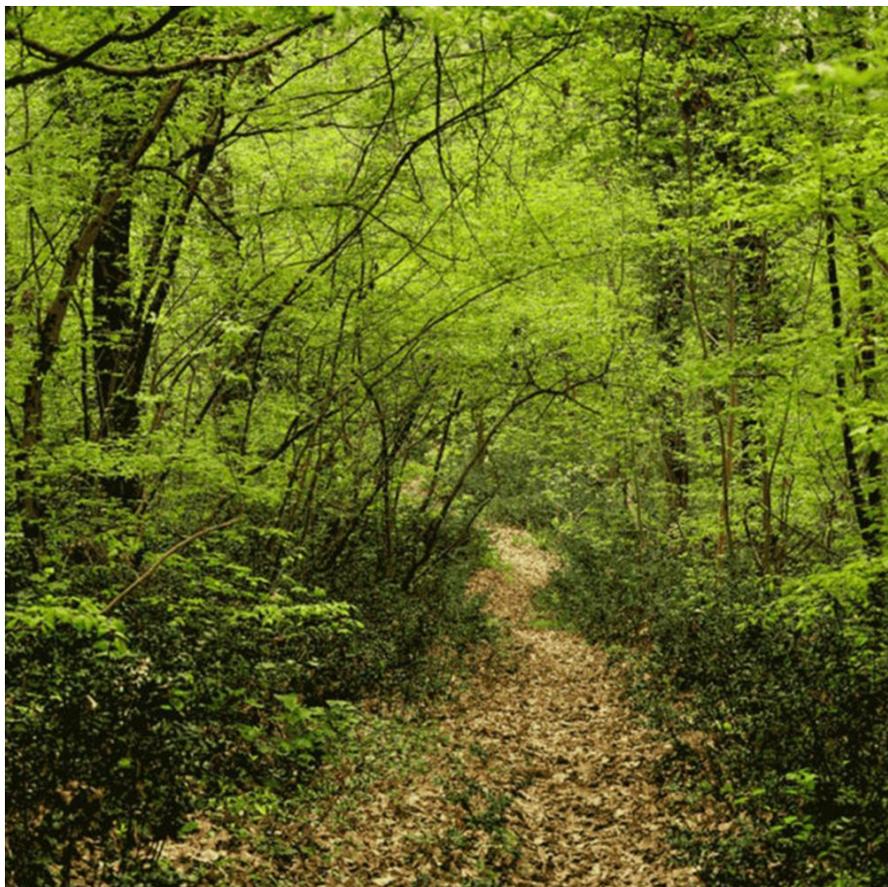


Escursione

Selva di Castelfidardo (An)

Bagno di bosco o Shinrin Yoku nella vegetazione della Selva di Castelfidardo

Attivazioni sensoriali coinvolgenti per avvicinarsi di più alla natura - esercizi fisici soft per il benessere e/o attivazione corporea per la ricerca di un maggior equilibrio corpo-mente - rilassamento e benessere psico-fisico - attività in solitaria, in coppia ed in gruppo, miglioramento della biofilia.



NOTE TECNICHE: Lunghezza: 2 km circa (non è un'attività di trekking), dislivello: 80 mt circa, durata: 3 ore circa. Termine attività ore 13:00 circa. Costo 20 euro, da pagare in loco al C.E.A. Fondazione Ferretti (per i soci La Lupus in Fabula il costo sarà di soli 10 euro). Ritrovi: Fano, ore 8 parcheggio Via Giustizia, ore 9 Fondazione Ferretti, via della Battaglia n. 52 – Castelfidardo. Info e prenotazioni: 3470515010 Claudio

Appuntamento del ciclo "Piante e Salute-Il Benessere dalla Natura