



Forest Bathing nei boschi di Ampezzo

Riscopriamo il contatto profondo con la natura e con noi stessi

[Escursioni: Forest Bathing](#)

Difficoltà: 2

Dislivello: 100

Durata: 4h

Lunghezza percorso: 2km

Data attività: 24/05/2025 15:30

Termine iscrizioni: 24/05/2025

Prezzo: 30 €

Vi siete mai fermati ad ascoltare l'energia e le vibrazioni di un bosco?

Venite con noi per rallentare, respirare e riconnettervi con la natura e con voi stessi e vivere un'esperienza magica in compagnia delle fate e dei folletti che abitano i boschi di Ampezzo!

Insieme attraverseremo il meraviglioso parco **LUMINA MILIA**, il primo giardino botanico esperienziale d'Italia! Attraverso una serie di attività guidate ascolteremo la voce delle piante e proveremo ad esaltare i nostri cinque sensi.

Per chi vorrà, all'imbrunire ci sarà la possibilità di soffermarsi nel parco e lasciarsi incantare da un mondo magico che combina la maestosità di madre natura, con un paesaggio di luci e suoni notturni! Di notte, infatti, il parco si trasforma e il bosco prende vita tra mille luci colorate!

Incluso nel prezzo

- Servizi Guida A.M.M. Collegio Guide Alpine FVG
- Assicurazione RC Terzi delle guide
- Recupero e Soccorso in caso di necessità
- Garmin InReach
- Accesso al parco "Lumina Milia"

Non incluso nel prezzo

- Assicurazione personale
- tutto quanto non specificato alla voce "Incluso nel prezzo"

Punto di ritrovo / Sede del corso:

Giardino Botanico Esperienziale "LUMINA MILIA"

Ampezzo (UD)

Elenco materiali necessari:

- Vestiti da trekking
 - Intimo tecnico traspirante
 - Strato termico traspirante (dolcevita o maglia a maniche lunghe tipo softshell o pile)
 - Giacca antivento e impermeabile in "Gore-tex" o similare
 - Scarpe sportive con suola in gomma antiscivolo, ideali scarpe basse da trekking con suola in Vibram o similare
 - Zainetto con qualche snack e una scorta d'acqua di almeno 0,5l
 - Kit di pronto soccorso. La Guida avrà un kit con quanto necessario per tutto il gruppo.
- Vi consigliamo tuttavia di prendere con voi le medicine personali e particolari di cui fate uso normalmente.

Info e contatti guida:

MARCO PIRONA

A.M.M. Collegio Guide Alpine FVG con specializzazione T.INN (terreno innevato)
International Mountain Leader - Gong Master
Guida Benessere Forestale - Istruttore Forest Bathing
Istruttore Nazionale MTB / E-Bike - Guida Nazionale Cicloturistica

+39 320 9411366

marco.pirona@primealps.it