



**C.A.I. BOLOGNA**

**SOTTOSEZIONE "ROBERTO VENTURI"**

**CASTIGLIONE DEI PEPOLI - VAL BRASIMONE**

# **TERAPIA FORESTALE**

## **IL TUO BENESSERE NEL BOSCO**

**Domenica 9 Giugno 2024**



*La foresta in cui si snoda il sentiero, da rilevamenti satellitari e analisi in loco, è stata classificata come foresta terapeutica. Il sentiero è uno dei pochissimi in Italia ad aver ottenuto una certificazione da parte del CNR e del CAI Nazionale.*

*I partecipanti saranno seguiti dalle psicoterapeute Annarita Piazza e Cristina Mascia, formate appositamente per la terapia forestale. I benefici fisici e mentali ricevuti dalle sostanze emanate dalle piante presenti nella foresta, possono avere un effetto benefico per una durata di circa 15 giorni dopo il trattamento.*

**Ritrovo:** Monte Baducco (Castiglione dei Pepoli) imbocco sentiero 003, ore 09:45.

**Partenza:** ore 10:00.

**Tempo di percorrenza:** circa 2:30 ore. **Dislivello:** 200 mt. **Km 4. Livello:** T

- E' necessario portarsi acqua a sufficienza.
- Obbligatorio avere scarponi da trekking e abbigliamento idoneo.
- Quota di partecipazione, per tutti, € 20,00
- Per i non soci CAI quota per copertura assicurativa, € 7,00.

Informazioni e prenotazione obbligatoria: 320 0477489 (Stefano)

Per la partecipazione, ricordiamo l'importanza di valutare bene le proprie condizioni fisiche e la propria attitudine al cammino in montagna in relazione alle caratteristiche dell'itinerario. E' facoltà dell'accompagnatore non ammettere partecipanti che non sono provvisti di abbigliamento idoneo.