

# Passi lenti sulle Alpi

TREKKING & Alimentazione Naturale  
per un benessere a 360°

*Vi guida*



MARCO



28.3 - 30.3.2025



Graglia, valle Elvo  
(BI)



€ 320



[info@richiamodelbosco.it](mailto:info@richiamodelbosco.it)





# Descrizione

## **TREKKING & ALIMENTAZIONE SANA**

### **100% BEN-essere naturale**

*"Chi decide di camminare nel bosco è in cerca di una libertà diversa, interiore, che lo renda padrone della sua vita, capace di agire come gli alberi e gli uccelli che vivono al di sopra di tutto."*

*Romano Battaglia*

Un fine settimana lungo per scoprire i boschi della "valle degli Elfi" sulle Alpi Biellesi, in Piemonte, al confine con la Valle d'Aosta.

3 giorni anche per scoprire come migliorare il proprio benessere grazie alla sana ed equilibrata alimentazione naturale.

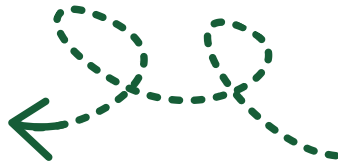








## Da non dimenticare

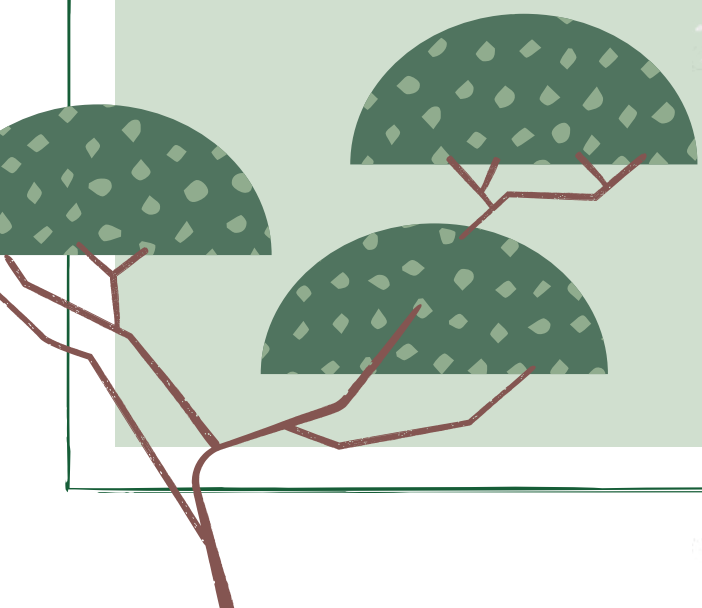


### **Un trekking per PRENDERTI CURA di TE STESSA passo dopo passo e ritrovare il tuo BEN-essere.**

Nel calore del B&B Biologico “La Coccinella”, a Graglia (BI), un paesino sulle Alpi dove sgorga la “Lauretana”, l’acqua più leggera d’Europa.

Conosciamo queste montagne e queste foreste a passo lento, scoprendo anche come la cucina naturale sana ed equilibrata possa darci l’energia giusta per camminare oltre che sostenerci quotidianamente e in armonia.

Alterniamo piacevoli escursioni nei boschi, pascoli, torrenti e ruscelli di montagna a facili spiegazioni su come alimentarsi in modo equilibrato. Tutti i pasti saranno di cucina naturale biologica a base vegetale, per assaporare gustose ricette e scoprire come rendere gli ingredienti sani anche gustosi e piacevoli al palato.





## Difficoltà

Medio-facile .

Si cammina su strade sterrate e sentieri di media montagna, fino a 14 km al giorno, con dislivelli anche di 500 metri di salita e discesa.

Adatto anche a chi non ha mai fatto trekking ma è mediamente allenato.

## Note di viaggio

**INIZIO:** ore 18.00 al B&B La Coccinella, Graglia (BI).

Si può arrivare in treno fino a stazione Biella S. Paolo.

Taxi fino a Graglia; in alternativa nostro transfer dalla stazione al B&B La Coccinella (su prenotazione)

**ARRIVO:** ore 15 circa, al B&B La Coccinella, Graglia (BI).

Nostro transfer alla stazione di Biella S. Paolo (su prenotazione).

### **TIPO di Cammino**

E' un cammino a base fissa. Si dorme nella stessa struttura e ogni giorni si fa una escursione ad anello con zainetto leggero.





## *Note di viaggio*

Per partecipare è richiesta una media preparazione fisica e l'essere abituati a camminare con lo zaino per alcune ore al giorno, anche in montagna.

Trekking organizzato in collaborazione con  
Vie dei Canti.it

**Per maggiori INFO e per ISCRIVERTI**

<https://www.viedeicanti.it/dettagli-viaggio/743/alle-origini-del-monachesimo/>







# RICHIAMO DEL BOSCO

## ESPERIENZE IN NATURA



## Chi siamo



**Siamo un gruppo di guide escursionistiche biellesi specializzate in Forest Bathing, esperienze in Natura e turismo sostenibile e accessibile.**

 Piemonte

**Scopri tutte le nostre proposte in Natura!**

**VISITA IL SITO**



**[Info@richiamodelbosco.it](mailto:Info@richiamodelbosco.it)**