

Forest Bathing

Foliage di benessere all'Oasi Zegna

Esperienza di immersione in Natura

Vi guida



ENRICO



04 ottobre 2025



OASI ZEGNA



€ 50



info@richiamodelbosco.it



Un' immersione... nel relax!

FOREST BATHING - FOLIAGE DI BENESSERE ALL'OASI ZEGNA

Esperienza di immersione in natura

Sabato 04 ottobre 2025 dalle ore 10.00 alle 17.00

A cura di Enrico De Luca - Istruttore CSEN di
Forest Bathing di Richiamo del Bosco -
Esperienze in Natura

Il Foliage é lo spettacolo piú affascinante che il visitatore possa osservare nella stagione autunnale. Una sorta di arcobaleno che sparge sui sentieri i suoi colori piú romantici. Una magia che si può cogliere nella splendida cornice dell'Oasi Zegna.

Sediamoci, respiriamo lentamente, ascoltiamo in silenzio, meditiamo, abbracciamo alberi, osserviamo e contempliamo le diverse sfumature dei caldi colori autunnali per assaporare le bellezze della Natura che in questo periodo dell'anno ci accoglie con toni tenui e caldi.



Dettagli

Programma

Ore 10.00 Arrivo, presentazioni ed introduzione

Ore 10.30 Escursione nei boschi con pratiche di Forest Bathing e lezioni teoriche formative in foresta

Ore 13.00 Pranzo al sacco

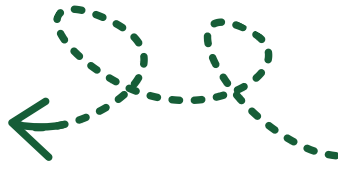
Ore 14.30 - 17.00 Escursione nei boschi con pratiche di Forest Bathing e lezioni teoriche formative in foresta

N.B. in base alle condizioni meteo ed al gruppo il programma potrà subire delle modifiche a discrezione degli istruttori.





Da non dimenticare



Pranzo al sacco, Zaino, scarpe da trekking, vestiti tecnici caldi per trekking (vestirsi a strati), K-way o mantellina, giacca a vento, berretto, guanti, borraccia o termos da 1 litro, snacks, blocknotes con penna, qualcosa per sedersi per terra senza bagnarsi o sporcarsi.

Indossare abiti comodi e caldi adeguati alla stagione.

Può essere molto utile avere un ricambio calze/scarpe da lasciare in auto.

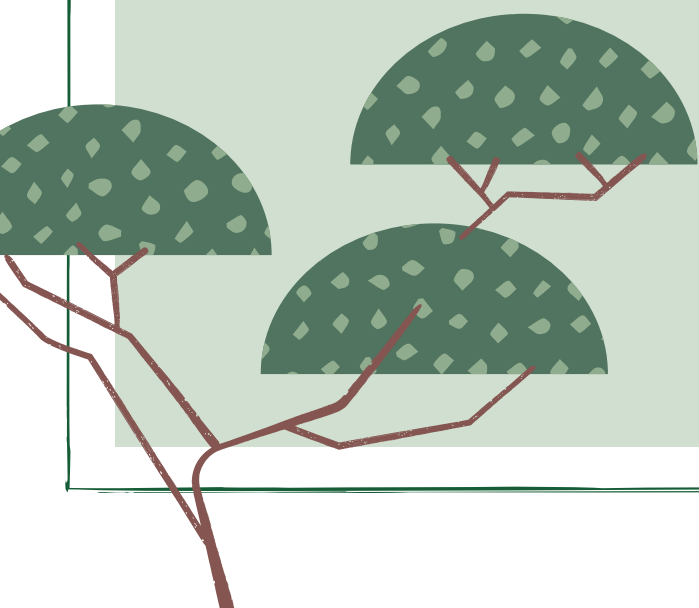
TERMINE ISCRIZIONI: 02 ottobre 2025

E' RICHIESTA L'ISCRIZIONE ANTICIPATA

Per qualsiasi ulteriore info:

Enrico De Luca: +39 334 122 6454 (anche Whatsapp)

info@richiamodelbosco.it



Difficoltà

Difficoltà: MEDIA

Il percorso prevede strade bianche e sentieri di montagna con dislivelli moderati (max +400/500m)

Note di viaggio

Il costo dell'esperienza **NON COMPRENDE** il pranzo al sacco

Ritrovo alla Locanda Bocchetto Sessera
Dalla Torino-Milano, prendere uscita Carisio, arrivare a Cossato, Trivero e poi salita in Panoramica Zegna.

CONSIGLIATO USO GOOGLE MAPS

N.B. ai partecipanti è richiesta una media abitudine a camminare in sentieri nei boschi e di non avere difficoltà motorie, cardiache o respiratorie.



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