

Alle Origini del Monachesimo

TREKKING MEDITATIVO
sulle orme di San Benedetto
tra Umbria e Lazio

Vi guida



MARCO



2.10 - 7.10.2025



Da Norcia (PG)
a Rieti (RM)



€ 625



info@richiamodelbosco.it



Descrizione

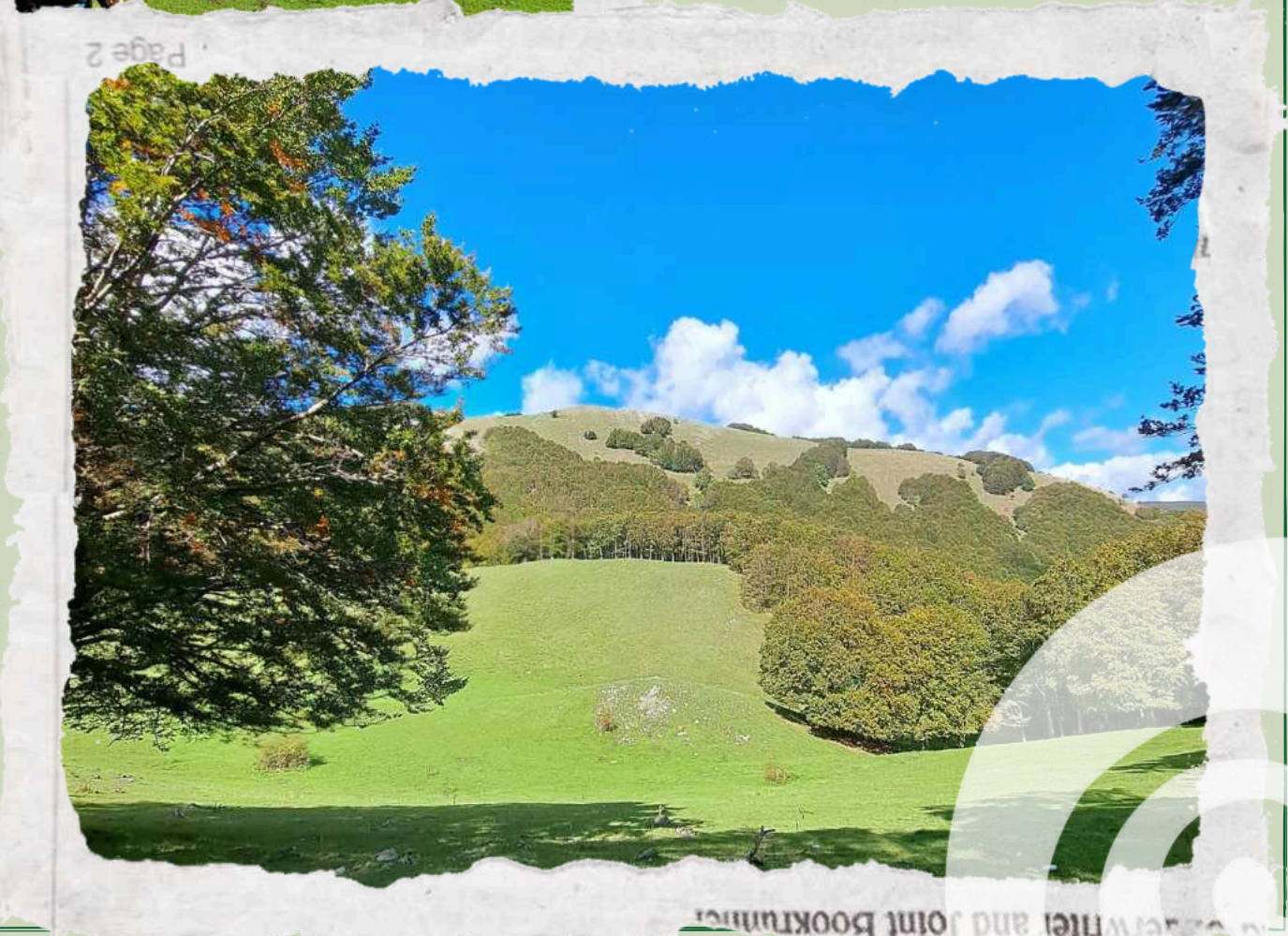
TREKKING MEDITATIVO ITINERANTE

"Ora et labora" (prega e lavora),
la frase più celebre della "regola monastica"
scritta da San Benedetto.

Un duplice viaggio, esteriore ed interiore, nei luoghi che hanno accolto i diversi momenti, dalla nascita alla morte, della vita di San Benedetto, il fondatore del monachesimo occidentale, oggi Patrono d'Europa .

La natura incontaminata ed i profondi silenzi hanno accolto, ispirato e stimolato la vita meditativa di santi come Santa scolastica, sorella di Benedetto, Santa Rita da Cascia, San Francesco d'Assisi, San Giuseppe da Leonessa, Santa Filippa Mareri, Sant'Agostina Pietrantoni, San Domenico di Sora, per finire con San Tommaso d'Aquino.





Da non dimenticare

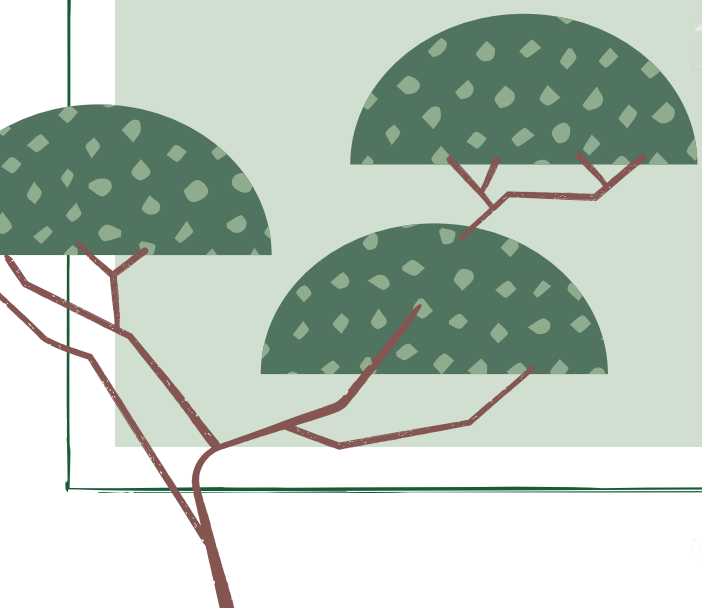


Un trekking per PRENDERTI CURA di TE STESSA e ritrovare la TUA NATURA più VERA e PROFONDA.

Un viaggio in uno splendido contesto naturalistico tra l'Umbria ed il Lazio, tra boschi, pascoli, laghi e ruscelli per entrare in empatia con la Natura e rigenerarci nel suo verde e nel suo silenzio.

I silenzi di questi luoghi sacri ci permettono di immergerci dentro la nostra interiorità, grazie a momenti di meditazione guidata e di connessioni con i 5 sensi a tutti gli elementi della natura, per ritrovare calma, pace e serenità.

Un cammino dedicato al TUO BENESSERE attraverso momenti teorici in cui ti verranno spiegati i PRINCIPI BASE di un CORRETTO ed EQUILIBRATO STILE ALIMENTARE, grazie alle conoscenze della Guida Escursionistica Marco Bo, che da 25 anni è anche Consulente di Alimentazione Naturale.



Difficoltà

Media .

Si cammina su strade sterrate e sentieri, fino a 16 km al giorno, con dislivelli anche di 800 metri di salita e discesa.

Adatto a chi già è abituato a fare trekking.

Note di viaggio

INIZIO: ore 16 a Spoleto (PG), stazione ferroviaria
Raggiungibile in treno o auto da Roma.

ARRIVO ore 14:30 circa, a Rieti (RI), stazione ferroviaria.
Da Rieti treno o bus per Roma.

TIPO di Cammino

E' un cammino itinerante con zaino in spalla, di tipo escursionistico su sentieri, stradine e carrarecce.

E' previsto il trasporto bagagli, in modo da camminare 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