



CAI Club Alpino Italiano
Sottosezione di Bologna "Roberto Venturi"
Castiglione dei Pepoli - Val Brasimone

Terapia Forestale

Ultimo appuntamento 2022

2 OTTOBRE

Il tuo benessere nel bosco

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.

I partecipanti saranno seguiti da una psicoterapeuta formata 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 a Monte Baducco (Castiglione dei Pepoli) imbocco sentiero 003, alle ore 09:00.
Partenza ore 9:15

Il tempo di percorrenza del percorso è di circa 2:30 ore, con dislivello di 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, € 15,00**
- **Per i non soci Cai quota per copertura assicurativa, € 5,00.**
- Numero massimo di partecipanti: 20 – Rispettare la normativa Covid CAI

Informazioni e prenotazione obbligatoria (entro il 29/9): 320.0477489 (Stefano)

