



# CAMMINI DI BENESSERE 2026

## Arte, Natura e Salute nella Valle Po

**Programma di escursioni e benessere nella natura (luglio – ottobre)**

**Una rassegna di eventi che unisce escursioni guidate, attività di benessere e scoperta del territorio nei comuni della Valle Po.**

- 4 luglio | **Pian Muné**: escursione alle incisioni rupestri del Bric Lombatera con meditazione.
- 11 luglio | **Paesana**: passeggiata lungo i sentieri "Segni e Passi" e sessione di riflessologia plantare all'aperto.
- 25 luglio | **Rifreddo**: camminata naturalistica, attività di yoga e benessere, visita al Giardino del Benessere e Festival "La Traversata di Leonardo" con spettacoli e discipline olistiche.
- 29 agosto | **Ostana**: visita al Bosco Incantato con esperienza di forest therapy.
- 6 settembre | **Balma Boves (Sanfront)**: passeggiata guidata, visita alla borgata-museo e concerto itinerante dedicato alle colonne sonore del cinema.
- 27 settembre | **Martiniana Po**: escursione nel "Giro delle Borgate" con meditazione, tamburi sciamanici e campane tibetane presso la Biblioteca del Bosco.
- 18 ottobre | **Revello**: camminata meditativa verso la Cappella di San Biagio con pratica di yoga e rilassamento finale.

**Il programma propone esperienze all'aria aperta dedicate al benessere psicofisico, attraverso camminate, meditazione, yoga, forest therapy, musica e cultura**

Attività adatte a tutti (livello facile)  
Portare: telo leggero + scarpe da escursione  
Tisana di benvenuto inclusa  
In caso di maltempole attività si svolgeranno al chiuso  
Adesione €5 ad appuntamento

**INFO & ISCRIZIONI:**

+39 349 8439091 (anche whatsapp)

+39 348 5835677 (anche whatsapp)

vesulus@gmail.com



INQUADRA IL  
QR CODE



www.vesulus.it

FONDAZIONE  
CASSA DI RISPARMIO DI SALUZZO

