

organizzano

# landandèinsieme

passeggiata autunnale per famiglie di 8,5 km

«alla scoperta del Sentiero Landandè tra:  
prodotti tipici, natura, divertimento e benessere»

domenica 2 ottobre 2022  
**Briaglia**

In caso di maltempo la passeggiata si terrà,  
con lo stesso programma, domenica 9 ottobre 2022

## Programma

- ritrovo a Briaglia (Piazza Serra) ore 9,00 per la registrazione;
- partenza ore 9.30, **accompagnati da una guida naturalistica**, dopo la breve introduzione dei responsabili delle associazioni;

### prima pausa/tappa

- con **gioco laboratorio per i più giovani** curato dal «Bosco delle scoperte» e «ASD Fehu» di Vicoforo;
- e momento di «salute mentale e benessere fisico con l'aiuto della natura», esercizi di consapevolezza, grounding e tecniche di respirazione sotto la guida di Davide Manfredi;

### seconda pausa/tappa

- presso la **panchina gigante di Niella Tanaro**, dimostrazione del progetto Landandè «Giovani in contatto»;

### terza pausa/tappa - pranzo

- a San Teobaldo di Niella Tanaro, arrivo previsto ore 12;
- breve **intervento sui prodotti locali e di stagione**;
- consegna **zainetto con i prodotti per il pranzo**;
- Rientro libero, con la possibilità di **partenza accompagnata per ritorno a Briaglia** verso le ore 14,30;

### A Briaglia

- Chi desidera, portandosi il tappetino, alle ore 15.30 può partecipare alla **lezione di Yoga** con Laura Garelli.

## Informazioni

Quota di iscrizione: 5 € per adulti e ragazzi sopra i 14 anni (gratis sotto i 14 anni);

**POSTI LIMITATI - PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA**

Iscrizione: via mail alla casella

[segreteria@associazioneinsieme.info](mailto:segreteria@associazioneinsieme.info)

entro il 25 settembre 2022

(necessario per garantire la preparazione dei prodotti per il pranzo)  
ulteriori informazioni saranno inviate nella mail di conferma.

Il sacco con i prodotti per il pranzo è garantito per tutti quelli che si sono iscritti.

Per info organizzazione in generale:  
solo whatsapp 3349842648 (Marzia)

Per info su percorso:  
solo whatsapp 3703112101 (Erminio)

Lo zainetto per il pranzo ed i suoi prodotti sono forniti da:



Con il contributo di

