



"ESPLORANDO S'IMPARA"

FITWALKING ALLA SCOPERTA DELLA NATURA VICINA A NOI

Domenica 12 novembre 2017 - Sant'Antonio di Odalengo Grande

Una camminata a passo di Fitwalking tra le colline del Basso Monferrato, per scoprire nuovi percorsi e per conoscere le piante ed i fiori benefici che crescono vicino a noi.

Camminare in modo corretto per stare Bene ed "imparare come si può usare il più timido fiorellino o la foglia più tenera per stare Bene, riscoprendo l'umana attitudine al trasformare"

Una piacevole domenica d'autunno accompagnati da:

Paola Leone, Istruttrice di Fitwalking e Fitwalking Cross

Magda Massaglia, Dott.ssa laureata in Tecniche Erboristiche

Tipologia percorso: collinare, semplice, che valuteremo sul momento, distanza 10/15 km circa.

Al termine della camminata non può mancare una buona "merenda sinoira" e, in quest'occasione, una sorpresa finale preparata dalle "mani magiche" della nostra "Erborista Itinerante" e offerta da Camminarte A.S.D.

Merenda Sinoira presso Agriturismo "La Ca' Veja" - Cascina Francia

<http://www.agriturismocascinafrancia.it/>

La camminata con guida botanica è offerta da Camminarte A.S.D. ai propri Associati.

Il costo della "merenda sinoira" è pari a euro 20,00 a persona per gli associati Camminarte A.S.D. 2017/18 e euro 25 per eventuali aggregati/e (solo per quanto concerne la cena. Per aggregarsi alla camminata è necessario invece essere associati).

Il menù comprende: 2 antipasti, 1 primo, dolce, caffè e bevande.

LE ADESIONI VANNO INVIATE ENTRO E NON OLTRE SABATO 4/11 in quanto dobbiamo prenotare e confermare il numero di partecipanti all'agriturismo.

La quota per la "merenda sinoira" va preferibilmente versata entro venerdì 10/11.

PROGRAMMA:

Partenza ore 10,30 dall'Arco del Valentino Torino (C.so Cairoli ang. C.so Vittorio Emanuele)

Spuntino libero: pranzo al sacco oppure in un bar.

Merenda Sinoira ore 18,00

Per info e prenotazioni: Paola 338 4149729 paolart2004@libero.it