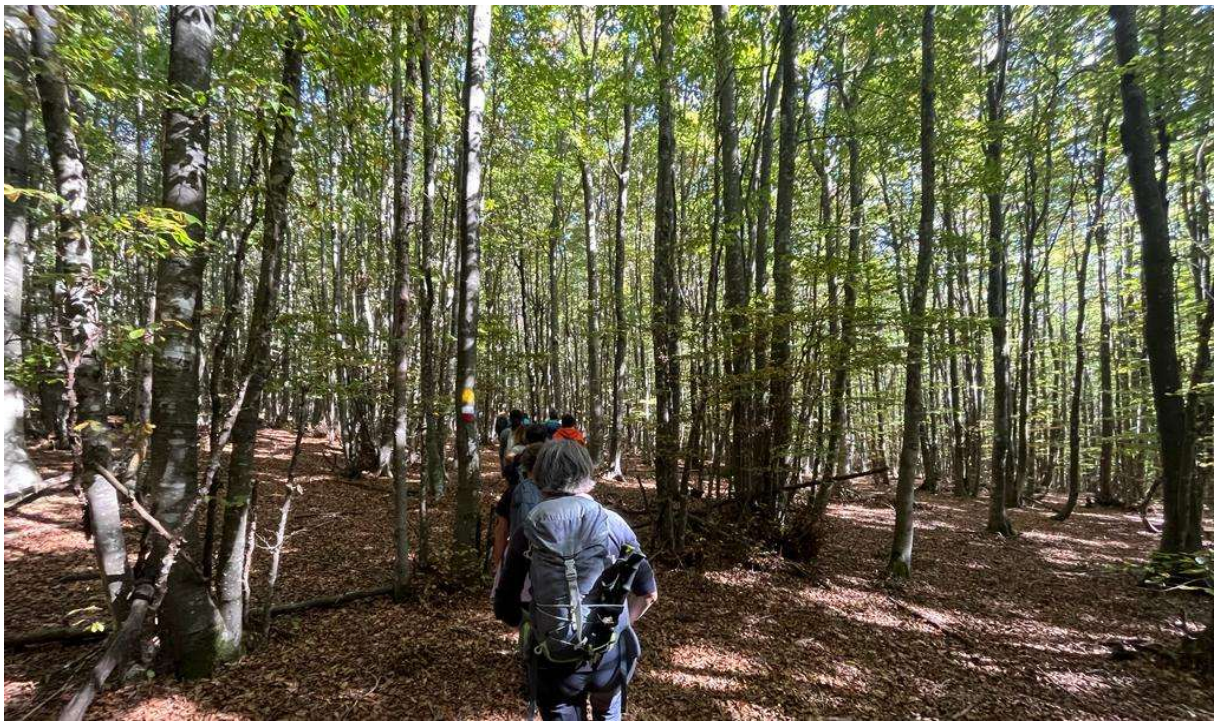
C.A.I. BOLOGNA
SOTTOSEZIONE "ROBERTO VENTURI"
CASTIGLIONE DEI PEPOLI – VAL BRASIMONE

TERAPIA FORESTALE
Il tuo benessere nel bosco

Domenica 14 Settembre 2025



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 Nazionale. I partecipanti saranno seguiti dalle psicoterapeute Annarita Piazza e Cristina Mascia, formate 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: via Monte Baducco 27 (Castiglione dei Pepoli) ore 9:15. Partenza ore 9:30.
Tempo di percorrenza: circa 2:30 ore. **Dislivello:** 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, € 20,00
- Per i non soci CAI quota per copertura assicurativa, € 8,00.

Informazioni e prenotazione obbligatoria: 320 0477489 (Stefano)

Per la partecipazione, ricordiamo l'importanza di valutare bene le proprie condizioni fisiche e la propria attitudine al cammino in montagna in relazione alle caratteristiche dell'itinerario. E' facoltà dell'accompagnatore non ammettere partecipanti che non sono provvisti di abbigliamento idoneo o in condizioni fisiche non adeguate.

Sito internet: www.caibrasimone.it **E-mail: cai@caibrasimone.it**