

**Dopo il successo del 2018,**  
**il Consorzio Ospitalità Diffusa**  
**UNA MONTAGNA DI**  
**ACCOGLIENZA NEL PARCO e**  
**WORKINGEASYTOGETHER**  
**presentano**

**NATUR YOGA 2019**

domenica 19 maggio  
domenica 16 giugno  
domenica 14 luglio





Itinerari nelle valli del Parco dell'Aveto alla scoperta di bellezze naturalistiche, artistiche, storico culturali, gastronomiche.

Pause itineranti per ristorare corpo e mente e accedere ad una piena consapevolezza nel momento presente.

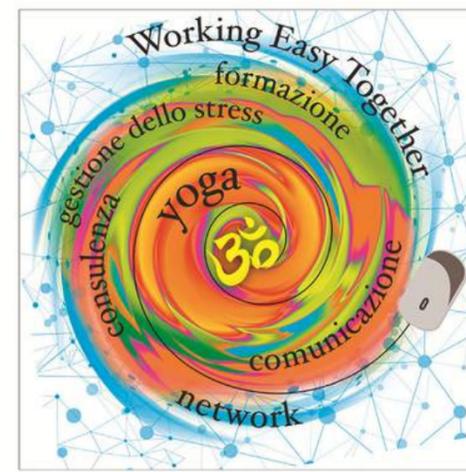
*Itinerari accessibili ad adulti e ragazzi che sanno gestirsi responsabilmente.*

Occorrente consigliato: zaino, viveri e acqua, eventuale k-way, crema solare, racchette per camminare, telo da mare, tappetino da campeggio o yoga, copricapo, felpa.

Domenica 19 maggio: Valle Sturla.  
Partiamo alle 09.30 vicino al Passo del Ghiffi e saliamo per sentieri panoramici, attraverso boschi e cascate fino al rifugio di Prato Mollo dove sostiamo per la degustazione - pranzo.  
Saliamo al Monte Aiona.  
Torniamo alle macchine per le ore 16.30 su tratti mediamente impegnativi e assolutamente unici.

Domenica 16 giugno: Val d'Aveto. Partiamo alle 10 dal Rifugio Casermette del Penna facendo il bellissimo anello ofiolitico del Cantomoro. Sentiero NATURA: Rientro nel pomeriggio per merenda tipica al Rifugio.

Domenica 14 luglio. Tra Valle Sturla e Taro. Partendo dal Passo del Bocco alle ore 09.30 facciamo uno speciale giro ad anello nella bellissima faggeta del Monte Zatta. Degustazione - pranzo in locale tipico.



**QUALI  
ITINERARI?**



# **CONTACT INFO**

**NATURYOGA si tiene in caso di bel tempo o tempo nuvoloso, non in caso di pioggia.**

**Prenotazioni entro il venerdì precedente  
al n° 349 73 72 120 o**

**tramite contatto con il Consorzio al n°  
334 61 17 354**

**email [info@unamontagnadiaccoglienza.it](mailto:info@unamontagnadiaccoglienza.it)**

**Costo: 20 € a persona e 10 € sotto i 18 anni di età**

**Degustazione pranzo a 12 € o merenda pomeridiana a 6 €**

