

F O R E S T B A T H I N G
R I C A R I C A T I D I N A T U R A



EVENTI
SETTEMBRE





5 SETTEMBRE
ESPERIENZA IN
NOTTURNA

PER BAMBINI DAI 6 AI 10 ANNI

A scuola di Biofilia

IMMERGERSI IN NATURA

ORE 18.30 - 22.00

FINO DEL MONTE

Un'esperienza emozionante
senza mamma e papà per

CAMMINARE NEL BOSCO DI NOTTE

conoscere più da vicino le
creature che lo popolano e
ascoltare i magici suoni
che lo caratterizzano.

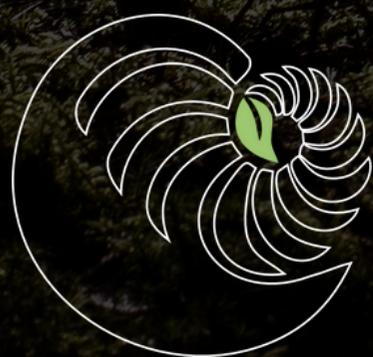




Con chi:

Silvana Zambelli
Guida Ambientale

Escursionistica e Forest Bathing



respiro di
foresta



Costo dell'esperienza:

€ 15.00 a bambino

Info e iscrizioni:

info@respirodiforesta.com

Via WhatsApp 3473362817

Posti limitati: max 15 bambini



A TUTTO RELAX

Martedì 9 settembre 2025

Immergiti nella natura della Pineta di Clusone e ricarica le energie grazie ai consigli di Silvana - Guida Ambientale Escursionistica.

Impara a rappresentare la natura che ti circonda, cogliendone tutti i più piccoli dettagli, attraverso i suggerimenti di Angela - insegnante di disegno.

- PARTECIPAZIONE GRATUITA CON ISCRIZIONE OBBLIGATORIA
- RITROVO ORE 9.30 - PRESSO LA PINETA DI CLUSONE
- MAX 15 PARTECIPANTI
- CON BOX LUNCH INCLUSO

Per info e prenotazioni:

 0346.21113  info@visitclusone.it

Finanziato da



PromoSerio
AGENZIA DI PROMOZIONE TERRITORIALE
VALSERIANA E VAL DI SCALVE



ACQUA DI BOSCO

SESSIONE DI FOREST BATHING

13

SETTEMBRE

9.00 - 12.00

CASTIONE DELLA
PRESOLANA
LOC. PREDUSOLO

Info e iscrizioni:

info@respirodiforesta.com

WhatsApp 3473362817





PromoSerio
AGENZIA DI PROMOZIONE TERRITORIALE
VALSERIANA E VAL DI SCALVE

**Seriana
e Scalve** 
Le Magnifiche Valli.

ACQUA DI BOSCO

SESSIONE DI FOREST BATHING

Entrare in contatto
con la natura attraverso

UN'IMMERSIONE
GUIDATA IN FORESTA

per ascoltare il suono
dell'acqua, annusare
i profumi del sottobosco

e soffermarsi
sulle sensazioni
che la foresta ci regala.

Un'esperienza di
benessere unica.

Eventi per adulti.
Posti limitati (max 12 persone)
Costo: € 20,00 a persona
per singolo evento.



respiro di
foresta

forest bathing experiences.

Ci vediamo nel bosco!

FOREST BATHING AL TRAMONTO

TREK & FOREST BATHING

13

SETTEMBRE

18.30 - 22.30

MONTE ALTO

Info e iscrizioni:

info@respirodiforesta.com

WhatsApp 3473362817





CON IL PATROCINIO DI:



PromoSerio
AGENZIA DI PROMOZIONE TERRITORIALE
VALSERIANA E VAL DI SCALVE

**Seriana
e Scalve**
Le Magnifiche Valli.

FOREST BATHING AL TRAMONTO

TREKKING CON ESPERIENZA DI FOREST BATHING

Una camminata serale
al chiarore della luna piena
per ammirare in vetta

**LA MAGIA
DEL TRAMONTO**
e scoprire la bellezza
racchiusa nell'attimo
sfuggente.



Evento per adulti.
Posti limitati (max 15 persone)

Costo Trek&ForestBathing:
€ 35,00 a persona



respiro di
foresta

forest bathing experiences.



Ci vediamo nel bosco!

RADICI INVISIBILI

SESSIONE DI FOREST BATHING

20
SETTEMBRE
9.00 - 12.00

PINETA DI CLUSONE

Info e iscrizioni:

info@respirodiforesta.com

WhatsApp 3473362817





CON IL PATROCINIO DI:



SESSIONE DI FOREST BATHING

Entrare in contatto
con la natura attraverso

**UN'IMMERSIONE
GUIDATA IN FORESTA**

per camminare
lentamente nel bosco
osservando, ascoltando,
assaggiando, toccando,
annusando e riscoprendo
quelle antiche radici
invisibili che ci legano
ad essa.

RADICI INVISIBILI



Evento per adulti.
Posti limitati (max 12 persone)
Costo Forest Bathing: € 20,00



respiro di
foresta

forest bathing experiences.



Ci vediamo nel basca!

Le valli DEL LEGNO

Un ricco calendario di iniziative ti condurrà alla scoperta di storie che parlano di comunità, bellezza, saperi artigiani e rispetto per la natura.

esperienze in natura

laboratori e workshop

27 settembre - Onore

Esperienza di disegno in natura

Silvana Zambelli – guida ambientale escursionistica e guida forest bathing CSEN – e Angela Ongaro – artista e insegnante di disegno, propongono un'esperienza di immersione creativa in natura. Una passeggiata di disegno tra i semplici sentieri di Onore, durante la quale conoscerete gli abitanti verdi dell'ambiente circostante e imparerete le tecniche alla base del disegno naturalistico.

Info: Ritrovo alle ore 15.00 in località Plarina, Onore.

Per adulti e ragazzi dai 12 anni in su.

Attività gratuita (compreso materiali artistici utili all'attività)

Iscrizione obbligatoria: info@borghipresolana.com | 0346.72220



Condividi la tua esperienza!



#levallidellelegno



SCOPRI IL PROGRAMMA COMPLETO DELLA
RASSEGNA SU WWW.VALSERIANA.EU

info: infopoint@valseriana.eu | 035.704063