



ValleMaira
TERRE D'ALTE EMOZIONI

La Natura che cura

4-6 ottobre 2024

3 giorni e 2 notti in Valle Maira, a Marmora,
sui sentieri del Benessere

La Valle Maira

La Valle Maira ti aspetta in Piemonte, vicino a Cuneo, con la sua anima antica, silenziosa e accogliente. Respirerai ad ogni passo la sua natura incontaminata e incantevole, l'arte, la storia, l'archeologia. Una tradizionale atmosfera occitana avvolge le feste popolari e ti stuzzicherà con specialità gastronomiche. Il luogo perfetto per avventurarsi in qualsiasi sport outdoor e godere di un panorama geologico senza paragoni, dalle inconsuete formazioni.

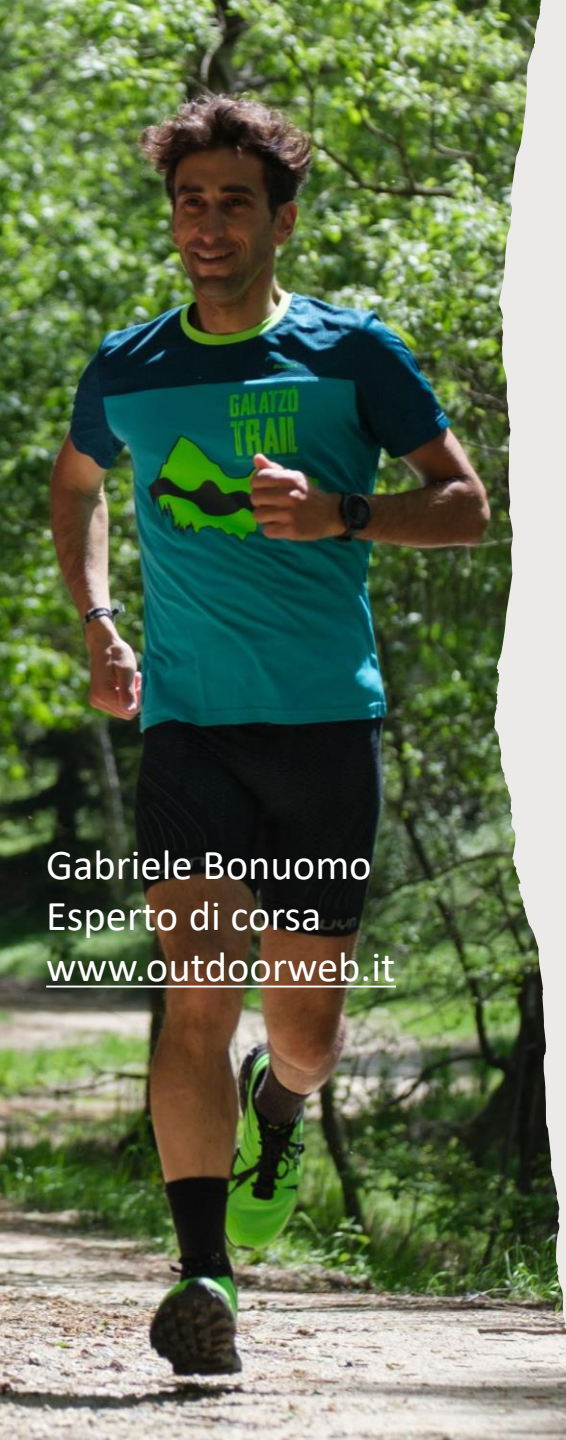
Gusta un assaggio della Valle Maira con questi video:

[La Valle Maira](#)

[Sci Alpinismo – Charamaio Mai En Val Mairo](#)

[Trekking– Un Pas Après a l'Autre](#)





Gabriele Bonuomo
Esperto di corsa
www.outdoorweb.it

La Natura che cura

Fiorenza e Gabriele, ideatori della proposta, presentano l'esperienza che vivrai in loro compagnia:

«Un'esperienza nella natura incontaminata della Valle Maira per recuperare un ritmo che ci appartiene.

In un contesto in cui sempre più ci sono **ritmi disumani** è vitale e salutare dedicarci momenti lenti a contatto con un angolo di mondo che mantiene la sua **autenticità**.

Ascoltando e osservando la natura che ci circonda ci prenderemo il tempo necessario per scoprire cosa ci dirà il nostro corpo e sperimentare cosa è essenziale per la nostra vita.

L'essere in gruppo sarà una ricchezza nel sentire esperienze diverse e condividere momenti in cui la natura accoglie ognuno con la propria unicità.

Saremo accompagnati da professionisti che hanno sperimentato quanto il contatto con la natura sia terapeutico per loro e le persone che ad essi si rivolgono.»

Fiorenza Rocca
Medico Omeopata
www.fiorenzarocca.com





ValleMaira
TERRE D'ALTE EMOZIONI



Venerdì 4 ottobre 2024

Ore 9: saluti iniziali e camminata accompagnata da Gabriele e Fiorenza, pranzo al sacco fornito con prodotti locali

Ore 16-18: yoga all'aperto con Simona Marino
(in caso di maltempo verrà utilizzata una sala disponibile in zona)

Ore 19: cena in gruppo con produttore locale che presenterà e farà degustare i propri prodotti.

Ore 21: meditazione sotto le stelle con Andrea Bertola

Pernottamento

Sabato 5 ottobre 2024

Ore 8: colazione

Ore 9: camminata accompagnata da guida escursionistica locale, con pranzo al sacco fornito con prodotti locali

Ore 16-18: "Il contatto e il movimento nella natura come medicina" Fiorenza e Gabriele

Ore 19: cena in gruppo

Ore 21: osservazione del cielo stellato con Sideralis (l'altopiano della Gardetta è riconosciuto come uno dei luoghi più bui d'Europa, perfetto per le osservazioni stellari)

Pernottamento



ValleMaira
TERRE D'ALTE EMOZIONI

Domenica
6 ottobre
2024

Ore 8: colazione

Ore 9: camminata accompagnata da Gabriele e Fiorenza con pranzo al sacco fornito con prodotti locali

Ore 15-17: "Il respiro in armonia con la natura" un viaggio nel mondo del respiro con Alessandro Romagnoli di Oxylab 360

Ore 17-17,30: saluti finali



ValleMaira
TERRE D'ALTE EMOZIONI

Pacchetto esperienza + pernottamento

- Date: 4, 5, 6 ottobre 2024
- Check-in: 4 ottobre | Check-out: 6 ottobre (tot. 2 notti di pernottamento)
- Minimo 15 partecipanti
- Pasti inclusi: cena (2 sere), colazione (2 mattine), picnic con prodotti locali per i pranzi (3 giorni)
- Esperienze e servizi inclusi: accompagnamento 1 giorno con guida escursionistica, tecniche di respiro con Alessandro di OxyLab, meditazione con Andrea Bertola, Yoga con Simona Marino, osservazione stellare con Sideralis, natura come terapia con Fiorenza, movimento come medicina con Gabriele, accompagnamento e moderazione di Fiorenza e Gabriele per 3 giorni

Tipologie di pernottamento e prezzo del pacchetto a persona (imposta di soggiorno inclusa):

Camera doppia uso singola = prezzo € 498

Camera doppia (2 persone) = prezzo € 420

Camerata = prezzo € 390

Alloggio da 4 persone (ideale per gruppi) = prezzo € 375

Posto tenda o camper e 2 persone soggiornanti = prezzo € 340

Potrai dormire in queste magnifiche strutture: [Albergo Diffuso Ceaglio](#), [Locanda La Marmu](#), [Relais Al Brieis](#), [Alloggi Vacanze Borgata Sagna Rotonda](#), [Campeggio Lou Dahu](#)



ValleMaira
TERRE D'ALTE EMOZIONI

Pacchetto solo esperienza

- Date: 4, 5, 6 ottobre 2024
- Minimo 15 partecipanti
- Pasti inclusi: cena (2 sere), picnic con prodotti locali per i pranzi (3 giorni)
- Esperienze e servizi inclusi: accompagnamento 1 giorno con guida escursionistica, tecniche di respiro con Alessandro di Oxylab, meditazione con Andrea Bertola, Yoga con Simona Marino, osservazione stellare con Sideralis, natura come terapia con Fiorenza, movimento come medicina con Gabriele, accompagnamento e moderazione di Fiorenza e Gabriele per 3 giorni

Prezzo del pacchetto a persona: € 240

I pacchetti devono essere prenotati entro il 15/09/2024.

Possibilità di polizza annullamento su richiesta e quotazione.



ValleMaira
TERRE D'ALTE EMOZIONI

BENVENUTI IN VALLE MAIRA!

Organizzatore e tour operator: Consorzio Turistico Valle Maira – Visit Valle Maira DMC
Referente: Valentina Scigliano
valentina.scigliano@vallemaira.org | +39 379.1789427