



Movimento, natura e benessere

Una giornata per ritrovarsi in equilibrio

 Domenica 13 settembre 2026, dalle 10:30 alle 18:00

 Tignale (BS), Loc. Prabione

In caso di pioggia, la manifestazione
si svolgerà domenica 20 settembre

PROGRAMMA DELLA GIORNATA

ore 10:30 - 12:30

- Visita al Museo del Parco
- Escursione guidata tra i boschi, panorami e biodiversità

ore 12:30 - 14:00

- Pranzo insieme, un momento di condivisione e relax all'aria aperta

ore 14:30 - 18:00

► Laboratori di Pane Blu:

Essere Bosco, esperienza di danza a cura di Laura Bertini
Equilibri nel vento, assemblaggio e costruzione di un'opera collettiva a cura di Pietro Maccioni



► Laboratori La Cordata:

In movimento con la natura, laboratorio psicomotori per adulti/e e bambini/e
Riflessi di benessere, laboratorio di riflessologia plantare e rilassamento



Percorso al Parco Avventura **GRATUITO** per tutta la giornata!

Per prenotazioni:

Telefono: 036573354 dell'Ufficio Unico del Turismo di Tignale

Mail: info@tignale.org

Online: <https://tignaletour.it>



Comune di Tignale

Con la partecipazione di



Con il contributo di



Regione
Lombardia