

QUOTA PARTECIPATIVA: € 18

MERCOLEDI 11.05.2022

# Trekking + yoga al tramonto sulle colline reggiane

## TREKKING + YOGA AL TRAMONTO

**RITROVO:** ORE 18.30 all'agriturismo **Il Melograno di Matilde**  
(Rossena, Reggio Emilia)

**RIENTRO PREVISTO:** ORE 20.40 MAX (eventuale apericena escluso)



**DESCRIZIONE SERATA:** Lasceremo le auto presso l'agriturismo Il Melograno, località Rossena, Reggio Emilia. Da qui partiremo per una breve escursione di difficoltà T (turistica) ad anello che ci riporterà, un'oretta dopo, di nuovo all'agriturismo.

Qui svolgeremo una pratica di yoga della durata di circa 50 minuti insieme a Nadia Violi, insegnante di yoga, pilates e posturale formata presso la Scuola Ego Yoga di Roma.

Al termine della pratica, si potrà decidere se rientrare oppure se godersi la serata con un apericena a base di pizza presso l'Agriturismo Il Melograno di Matilde (costo € 15,00 non inclusi nella quota partecipativa).

**Difficoltà:** T (bassissima)

**Distanza:** 2,40 km

**Durata:** circa 1 ora di escursione.

**Dislivello in salita:** 101 m

**Altezza max:** 420 m s.l.m.

**LA QUOTA COMPRENDE:** Servizio di Guida Ambientale Escursionistica per tutta la durata del percorso + pratica yoga con insegnante di yoga.

**LA QUOTA NON COMPRENDE:** Apericena, assicurazione infortunistica + tutto quanto non espressamente indicato alla voce "La quota comprende".

In caso di maltempo, l'annullamento verrà comunicato  
entro le 18.00 del 10.05.2022

**Contatti:**

☎ 379-1497662

✉ [aura.moia.gae@gmail.com](mailto:aura.moia.gae@gmail.com)



Conduzione effettuata da:

**AURA MOIA, GUIDA AMBIENTALE ESCURSIONISTICA**

Assicurata e autorizzata all'esercizio della professione in applicazione alla Legge Regionale Emilia Romagna n. 4 del 01/02/2000 e successive modifiche. Associata AICAE Coordinamento Emilia Romagna