

NATURA, ARTE E CULTURA

VALLI DEL PARCO DELL'AVETO



VALLE STURLA • € 85,00 a persona giornata intera **TRANSFER INCLUSO**

PARTENZE				
SESTRI LEVANTE	CAVI DI LAVAGNA 1	CAVI DI LAVAGNA 2	LAVAGNA	CHIAVARI
7:45	7:50	7:55	8:00	8:15

NATURE WALKING YOGA

- **DOVE**
Borzone
- **LINGUE**
Italiano, Inglese
- **DIFFICOLTÀ**
Facile
- **ABBIGLIAMENTO**
Pantaloni lunghi,
felpa, k-way, scarpe
chiuse adatte a
camminare sui
sentieri, telo mare

DESCRIZIONE

Un modo "slow" e consapevole di vivere la Natura attraverso l'esplorazione di percorsi e territori da scoprire. Un richiamo alla "presenza mentale", al "qui e ora" attraverso i nostri 5 sensi. È così che percorrerai il meraviglioso Anello di Borzone, alla scoperta della millenaria Abbazia di Borzone, delle Teste Apotropaiche e di tanti altri elementi della tradizione e della storia del territorio, per conoscere più da vicino l'identità di luoghi che celano intrecci di una moltitudine di popoli di epoche diverse.

MATTINA

PRANZO OPZIONALE

Al sacco a cura dei partecipanti **OPPURE** menù tipico in trattoria locale € 30

PICCOLO POLO MUSEALE DELLA VALLE STURLA

- **DOVE**
Borzonasca
- **LINGUE**
Italiano, Inglese
- **DIFFICOLTÀ**
Nessuna

DESCRIZIONE

"Pietre incise, Teste incise", "Arte come Resistenza" e "Allevamento e transumanza a breve raggio in Valle Sturla" sono i titoli delle tre mostre permanenti che ti porteremo a visitare nel pomeriggio. Dopo una mattinata immerso nella Natura alla scoperta del territorio e della sua storia, avrai l'opportunità di approfondire interessanti aspetti artistici, culturali e della tradizione. E al termine, una breve passeggiata attraverso il borgo di Borzonasca e una degustazione di gelato artigianale o dolci locali.

POMERIGGIO

L'EVENTO È CONFERMATO ANCHE IN CASO DI PIOGGIA, A MENO CHE NON SIA DIRAMATA UNA QUALSIASI ALLERTA METEO (GIALLA, ARANCIONE E ROSSA).

NATURE, ART AND CULTURE

VALLI DEL PARCO DELL'AVETO



VALLE STURLA • € 85.00 per person full day

TRANSFER INCLUDED

DEPARTURE				
SESTRI LEVANTE	CAVI DI LAVAGNA 1	CAVI DI LAVAGNA 2	LAVAGNA	CHIAVARI
7.45 am	7.50 am	7.55 am	8.00 am	8.15 am

NATURE WALKING YOGA

MORNING

● **WHERE**
Borzone

● **LANGUAGES**
Italian, English

● **DIFFICULTY**
Easy

● **WHAT TO WEAR**
Long trousers,
sweatshirt, rain jacket,
walking shoes or
boots, beach towel

DESCRIPTION

A "slow" and mindful way of experiencing nature by exploring local footpaths and landscapes. A call to "mental awareness", to the "here and now" using all 5 senses. Walk along the stunning "Anello di Borzone" (Borzone Ring Trail) and discover the thousand-year-old Borzone Abbey, Apotropaic Carved Stone Heads and many other traces of local traditions and history. An opportunity to get a closer view of the singularity of these places where the stories of a multitude of peoples from different epochs are intertwined.

OPTIONAL LUNCH

Bring your own packed lunch **OR** pre-book lunch at a traditional restaurant € 30

VALLE STURLA SMALL MUSEUM HUB

AFTERNOON

● **WHERE**
Borzonasca

● **LANGUAGES**
Italian, English

● **DIFFICULTY**
None

DESCRIPTION

"Carved Stones, Carved Heads", "Art as Resistance" and "Farming and Short Distance Transhumance in Valle Sturla" are the titles of three permanent exhibitions which we will take you to see and discover in the afternoon. After a morning immersed in Nature exploring the local area and its history, you will be able to deepen your knowledge about interesting aspects of local artistry, culture and traditions. At the end of the visit, you will go on a short walk through the town of Borzonasca and you will be able to taste some local ice-cream or pastries.

THE EVENT IS ALSO CONFIRMED IN CASE OF RAIN, UNLESS ANY WEATHER ALERT IS ISSUED (YELLOW, ORANGE AND RED).