



REGIONE AUTONOMA  
FRIULI VENEZIA GIULIA



Università della Terza Età  
Latisana  
Bassa Friulana Occidentale

# Forest Bathing

PERCORSO DI BENESSERE NELLA NATURA

**L'Università della Terza Età  
Latisana - Bassa Friulana Occidentale**

ORGANIZZA

Nel bosco E.F.A. di Lignano Sabbiadoro, con ritrovo in via Centrale 29, alcune mattinate dedicate al Forest Bathing, camminate lungo i sentieri del bosco, immersi nel benessere della natura.

Accompagneranno gli escursionisti, gli specialisti forestali: dott. Droli Maurizio e Sclosa Giuseppe. Inoltre è prevista, per chi lo desidera, una pausa stretching coordinata dalle preparatrici ginniche, signore Concettina Pascon e Moira Forner.

Nelle giornate del 16 maggio e 6 giugno, extempore di pittura "Panorami del bosco" tenute dalle docenti Caterina Trevisan e Bullo Elena.

**Note: Si consiglia abbigliamento sportivo preferibilmente di colore chiaro, scarpe adatte all'escursione, un copricapo e una bottiglia d'acqua.**

## CALENDARIO DELLE USCITE

APRILE 11 e 18 (Giovedì) - 9:30 - 12:00

MAGGIO 16, 23, 26\* e 30 (Giovedì) - 9:30 - 12:00

GIUGNO 6 (Giovedì) e 14 (Venerdì) - 9:30 - 12:00

Il numero di partecipanti massimo è 25 persone per incontro

\*In collaborazione per Domenica 26: **Gente in cammino**  
(Associazione di San Michele Al Tagliamento)

Per chi non fosse in possesso di auto propria può contattare i componenti del CD per un eventuale passaggio.

**Info e prenotazioni:** Telefono: 0431-59638 - Email: [utelatisana@libero.it](mailto:utelatisana@libero.it)