



# TREK E YOGA NELLE TERRE DELLA MAGNA COMITISSA

TRA I BOSCHI DI MATILDE DI CANOSSA CON IL CORPO E CON LO SPIRITO

Da venerdì 20 a domenica 22 ottobre 2023

Una nobile terra segnata dalle rughe della geografia dove si fa intrigante, e al contempo immaginaria, la ricerca e la lettura delle relazioni che hanno composto questo territorio. Ricco dei mille sistemi che lo sorreggono in un equilibrio millenario, sedimentato, dove è possibile trovare un fico d'india nano appoggiato a un *cuscino vulcanico* e dei tronchi aggrappati a un declivio calanchivo, agli *artigli del diavolo*. Come loro, le altre comunità: ungulati, lupi e tane di mustelidi. Agricoltori, allevatori e castelli sulle alture. Tra queste storie trasversali risiede, pacifica, [Casa Corra](#), appoggiata al versante che conta i colori dei monti: un caleidoscopio che si spegne solo la notte quando il buio fa immaginare la pianura come un grande mare nero e le luci, lontane, porti sconosciuti.

Cammino e yoga, andare e stare, orizzontale e verticale: due pratiche per entrare nel paesaggio e dire *io sono paesaggio*.

*Per vivere in piena consapevolezza l'ambiente e sostenere il nostro equilibrio psico-fisico, il cammino, la pratica dello yoga e della meditazione sono adatte a tutti.*



**Guida e interprete ambientale:** Carmelo Vanadia - [Georama Esplorazioni Contemporanee](#) - [info@georama.eu](mailto:info@georama.eu)  
**Insegnante di yoga:** Simona Ramazzotti - [Centro Natura Bologna](#) - [sramazzotti.sr@gmail.com](mailto:sramazzotti.sr@gmail.com)

**Quote di partecipazione & info:**  
da 12 a 14 partecipanti € 260 - da 15 a 22 partecipanti € 240  
numero minimo: 12 partecipanti  
per info e iscrizioni: contattare Carmelo o Simona

**georama**  
Esplorazioni Contemporanee