

## BOSCO E BENESSERE - dal 19 al 22 giugno 2025

Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
14:00 Arrivo in hotel Welcome sensoriale con essenza alpina e sistemazione nelle camere	07:30 - 08:00 Risveglio energetico	07:30 - 08:00 Risveglio energetico	07:30 - 09:00 Risveglio con camminata del benessere
15:00 - 15:30 Aperitivo Pura Natura Illustrazione del programma e consegna Kit di "Digital Detox" con rituale di disconnessione digitale	08:00 - 09:30 Colazione	08:00 - 09:30 Colazione	09:00 - 10:00 Colazione
15:30 - 17:30 Benessere e relax personale	09:30 - 15:00 Trekking: una relazione da riscoprire. Pranzo al sacco. Art painting nel bosco.	09:30 - 13:00 Forest bathing: i 12 sensi.	10:30 Breve momento di condivisione sull'esperienza vissuta, saluti e consegna ricordo Check out
17:30 - 19:00 Degustazione bendata	15:00 - 19:00 Benessere e relax personale	13:00 - 19:00 Benessere e relax personale	
19:20 Cena	19:20 Cena	19:20 Cena	
21:30 - 22:30 Passeggiata serale con lanterne	21:30 - 22:30 Serata del pino cembro	21:30 - 22:30 Rituale della buona notte sotto le stelle	