

"ESSERE DONNA" IN VALPELLINE

di Stefania Marchiano

Si è recentemente concluso in Valpelline in Valle d'Aosta il primo fine settimana **tutto al femminile** all'insegna del relax e della natura. Un bel progetto, dal nome "Essere Donna", che ha visto protagoniste donne provenienti da Piemonte, Lombardia, Emilia-Romagna e Svizzera in una meravigliosa **tre giorni di trekking e yoga**.

Il progetto propone a ragazze e donne **pacchetti su misura** per una vacanza all'insegna di relax, condivisione ed allegria. Le partecipanti sono sempre accompagnate da guide specializzate: una guida benessere che, con gentilezza ed energia positiva, insegna loro a sentire la natura attraverso le pratiche dello Yoga e una guida escursionistica che, attraverso l'amore per il territorio e la passione nel raccontarlo, rende unica la vacanza.

In questi percorsi è l'operatrice turistica che fa la differenza, con la sua gentilezza, con il suo modo di comunicare serenità e gioia, con la sua capacità di accogliere e di far sentire a proprio agio.



Ecco le attività proposte:

YOGA

Pratica del mattino e pratica della sera con il pranayama (tecnica yoga la respirazione), adatte a tutti i livelli. Potranno essere svolte all'aperto o all'interno in relazione al tipo di pratica e alle condizioni meteo. Le lezioni saranno condotte da un'insegnante di yoga.

ESCURSIONI

Trekking di livello medio-facile con dislivello positivo massimo di 500-700 metri.

Alla scoperta della magica Valpelline e della conca di Ollomont. Camminate studiate per conoscere gli aspetti naturali, storici ed umani di una valle poco toccata dal turismo di massa.

Esperienze speciali dunque dedicate esclusivamente all'universo femminile che possono essere organizzate e vissute in tutte le stagioni.

Non dimentichiamo però che la Valpelline è un luogo perfetto per tutta la famiglia: scoprire la sua natura incontaminata nel silenzio più assoluto è davvero semplice: basta scegliere le ciaspole, ad esempio e partire alla scoperta di boschi e pascoli innevati. Le ciaspole sono un'alternativa alla consueta attività invernale dello sci di fondo, ma permettono di raggiungere luoghi magici che in altro modo sarebbe impossibile scovare in pace e tranquillità. Basta seguire il vostro istinto.

Iniziative realizzate con il sostegno dell'Unione Europea attraverso il fondo FEASR (Fondo Europeo Agricolo per lo Sviluppo Rurale).

Maggiori info su www.valpellineallseason.it



© Valpelline all season

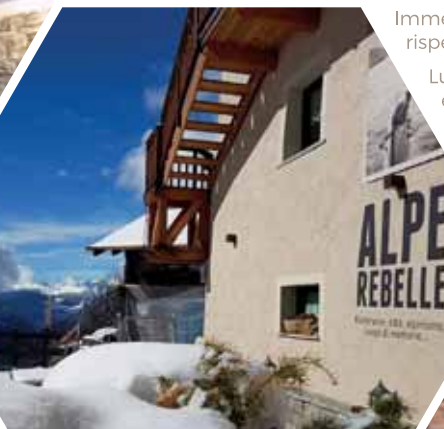
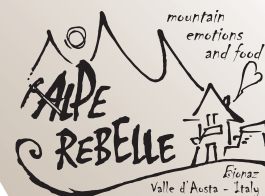
Ristorante di montagna, B&B, alpinismo e luogo di memorie

Immerso nella natura e nel pieno rispetto dell'ambiente.

Luogo ideale per escursioni e momenti di relax.

Cucina tipica con prodotti locali e provenienti dal mercato equo e solidale.

Ilenia e Daniele Pieiller... Vi aspettano!



BIONAZ - Loc. Chez-Chenoux,1

+39 347 03 30 713
+39 0165 73 09 41

info@alperebelle.com
www.alperebelle.com