

## SENTIERI ARMONICI, UNA NUOVA PROPOSTA

Gli insegnanti di Tai Chi dell'associazione **Le Radici e le Ali** e le guide di montagna di **Vie Alte** propongono tre escursioni all'insegna della ricerca interiore e del godimento consapevole della natura.

“il camminare presuppone che a ogni passo  
il mondo cambi in qualche suo aspetto  
e pure che cambi qualcosa in noi”

*Italo Calvino*

# Sentieri armonici

### Prima edizione di “Sentieri armonici”

Comode escursioni in montagna si trasformano in occasioni per meditare, apprendere tecniche di rilassamento, camminare in modo nuovo, consapevole e approfondire la conoscenza della natura e del territorio.

Prima escursione:

La conca  
del Ventina

13 - 14 maggio 2017

Seconda escursione:

Ai piedi  
del Bernina

10 - 11 giugno 2017

Terza escursione:

Parco naturale  
Val Tronca

16 - 17 settembre 2017

Per informazioni:

[www.corsitaichi.it](http://www.corsitaichi.it) - [ass.leradicieleali@gmail.com](mailto:ass.leradicieleali@gmail.com) - 3495235052

[www.viealte.it](http://www.viealte.it) - [info@viealte.it](mailto:info@viealte.it) - 3407183750



LE RADICI E LE ALI

Centro Ricerche  
TAI CHI



VIE ALTE