

PATROCINIO



SENTIERI / HIKING TRAILS

<p>1 SENTIERO DEI RODDENDRI 1H DIFFICOLTÀ: FACILE DISLIVELLO: 135M</p> <p>2 SENTIERO DELLE MORE 2H DIFFICOLTÀ: FACILE A/R DISLIVELLO: 175M</p> <p>3 SENTIERO DELLA CIVETTA 1H 30' DIFFICOLTÀ: FACILE DISLIVELLO: 100M</p> <p>5 SENTIERO DI FRA DOLCINO 2H 30' DIFFICOLTÀ: MEDIA A/R DISLIVELLO: 350M</p> <p>6 SENTIERO DELLA BRUGHIERA 2H 30' DIFFICOLTÀ: FACILE DISLIVELLO: 200M</p>	<p>7 CAMMINO DI SAN BERNARDO 1H A/R DIFFICOLTÀ: FACILE DISLIVELLO: 130M</p> <p>9 SENTIERO DEL ROSA 3H DIFFICOLTÀ: MEDIA DISLIVELLO: 350M</p> <p>9b CRESTA DELL'ARGIMONIA 2H DIFFICOLTÀ: DIFFICILE DISLIVELLO: 350M</p> <p>11 SALITA ALL'ARGIMONIA 1H 30' DIFFICOLTÀ: MEDIA A/R DISLIVELLO: 120M</p> <p>11b ZEGNA BABY FOREST 1H 20' A/R DIFFICOLTÀ: MEDIO DISLIVELLO: 170M</p> <p>12 GIRO DI BIEMONTE 1H 30' DIFFICOLTÀ: FACILE DISLIVELLO: 150M</p>	<p>13 STRADA DELL'ALPE 2H 30' DIFFICOLTÀ: MEDIA A/R DISLIVELLO: 570M</p> <p>14 SENTIERO DEL CAPRIOLO 2H DIFFICOLTÀ: FACILE DISLIVELLO: 250M</p> <p>15 STRADA DELLA VALSESSERA 2H 30' DIFFICOLTÀ: MEDIA DISLIVELLO: 380M</p> <p>15b PERCORSI ARCHEOMINERARI 1H 30' DIFFICOLTÀ: FACILE/MEDIA DISLIVELLO: 250M</p> <p>16 STRADA DELL'ARTIGNAGA 2H 15' DIFFICOLTÀ: FACILE DISLIVELLO: 80M</p>	<p>16b IL BOSCO DEL SORRISO 1H 15' DIFFICOLTÀ: FACILE DISLIVELLO: 50M</p> <p>17 GIRO DEL BONOM 4H DIFFICOLTÀ: MEDIA DISLIVELLO: 600M</p> <p>18 SENTIERO DEL CARABO* 3H 15' DIFFICOLTÀ: MEDIA DISLIVELLO: 400M</p> <p>19 SENTIERO DEI NARCISI 3H 15' DIFFICOLTÀ: MEDIA DISLIVELLO: 400M</p> <p>20 GIRO DELL'ASNAS 4H DIFFICOLTÀ: MEDIA DISLIVELLO: 850M</p>	<p>21 PASSEGGIATA DEL BELVEDERE 1H 15' DIFFICOLTÀ: FACILE DISLIVELLO: 150M</p> <p>22 SENTIERO DELL'ORO 2H DIFFICOLTÀ: FACILE DISLIVELLO: 250M</p> <p>23 RACCORDO BRUGHIERA CONCA DEI RODDENDRI 30' DIFFICOLTÀ: FACILE DISLIVELLO: 60M</p> <p>30 ANELLO DELLA SCHEGGIOLA 2H 30' DIFFICOLTÀ: FACILE DISLIVELLO: 261M</p> <p>31 ANELLO DELLA CESIRA 5H 30' DIFFICOLTÀ: MEDIA DISLIVELLO: 200M</p>
--	--	--	---	---

PERCORSI GREEN WELLNESS GREEN WELLNESS TRAILS

<p>1 STRADA DELLA MONTUCCIA 1H 15' DIFFICOLTÀ: FACILE DISLIVELLO: +80M</p> <p>2 SENTIERO DELLA VALSESSERA 2H 30' DIFFICOLTÀ: MEDIA DISLIVELLO: +380M</p>	<p>3 SENTIERO DEL GARABO 3H 15' DIFFICOLTÀ: MEDIA DISLIVELLO: +400M</p> <p>4 BOSCO DEL SORRISO 1H 15' DIFFICOLTÀ: FACILE DISLIVELLO: +50M</p>
--	---

PERCORSI NORDIC WALKING NORDIC WALKING TRAILS

<p>1 PERCORSO NOVAREIA 1H 30' DIFFICOLTÀ: FACILE DISTANZA: 7KM</p> <p>2 PERCORSO BRUGHIERA 2H 30' DIFFICOLTÀ: IMPEGNATIVO DISTANZA: 8KM</p> <p>3 PERCORSO BELLAVISTA 2H DIFFICOLTÀ: MEDIA DISTANZA: 8.5KM</p>	<p>4 PERCORSO CIVETTA 45' DIFFICOLTÀ: MEDIA DISTANZA: 3KM</p> <p>5 PERCORSO DEL LUPO 2H DIFFICOLTÀ: IMPEGNATIVO DISTANZA: 7.5KM</p> <p>6 SENTIERO DEL CAMOSCIO 2H 20' DIFFICOLTÀ: IMPEGNATIVO DISTANZA: 8.4KM</p>
--	--

AVVERTENZA
TUTTI I SENTIERI VANNO AFFRONTATI A PROPRIO RISCHIO E PERICOLO. UTILIZZANDOLI SI DICHIARA DI AVER COMPRESO IL GRADO DI DIFFICOLTÀ DI OGNI TRACCIATO, NON SI ASSUME ALCUNA RESPONSABILITÀ CARICA EVENTUALI DANNEGGI NEL PERCORSIBILI E' VIETATO L'UTILIZZO DI PERCORSI NON SEGNALATI E DEDICATI AD ALTRE DISCIPLINE.

*Luogo di protezione Carabus olympiae

FARE IMPARARE E DIVERTIRSI NEL VERDE

	VALLE CERVO e dintorni	BIELMONTE e dintorni	VEGLIO e dintorni	TRIVERO VALDILANA e dintorni
ESCURSIONISMO, TREKKING, NORDIC WALKING, BIKE E MTB Tel. 015.744126 / Tel. 349.6252576	●	●	●	●
NOLEGGIO BICI Monticchio Tel. 320.9616218 - Perolo Tel. 015.744126	●	●	●	●
EQUITAZIONE: TREKKING, LEZIONI PENSIONE PER CAVALLI Tel. 378.0818217	●	●	●	●
WELLNESS CENTER A Biellemonte presso Albergo Bucaneve Tel. 015.744184	●	●	●	●
AREA VOLO PER ALIANTI RADIOCOMANDATI Tel. 333.7991137	●	●	●	●
ARRAMPICATA Outdoor Tel. 349.5112481 - Indoor Tel. 015.744126	●	●	●	●
CAMPO INDOOR BASKET, PALLAVOLO, PALLAMANO, CALCETTO Tel. 015.744126	●	●	●	●
TENNIS, CALCETTO OUTDOOR Tel. 346.8791629	●	●	●	●
ROLBARUN BOB SU ROTELLE Tel. 015744161	●	●	●	●
PARCO AVVENTURA E BUNGEE CENTER Tel. 015.702488	●	●	●	●
PISCINA Indoor Tel. 015.757151	●	●	●	●
PERCORSI PER DISABILI Tel. 340.1989993	●	●	●	●
FATTORIE DIDATTICHE Agriturismo Oro di Berta Tel. 015.756501 - Alpe Moncerchio Tel. 392.5033701	●	●	●	●

IL PROGETTO OASI ZEGNA

L'Oasi Zegna valorizza un'area montana protetta che si estende per circa 100 km2 in Piemonte, nelle Alpi Biellesi, tra Trivero e la Valle Cervo.

È attraversata dalla strada Panoramica Zegna, oggi statale, che l'imprenditore Ermenegildo Zegna, profondamente legato alla sua terra, realizzò per portare sviluppo economico alla montagna e alla sua gente.

Il progetto Oasi Zegna, primo esempio italiano di mecenatismo ambientale e laboratorio all'aria aperta per la sensibilizzazione delle nuove generazioni, valorizza la relazione tra uomo, natura, cultura e tradizioni locali ed cellula dell'Ecomuseum del Biellese.

L'Oasi Zegna è l'unico progetto in Italia ad aver ricevuto il patrocinio del FAI Fondo Ambiente Italiano.

Oasi Zegna stretches for around 100 km2 in the Biella Alps district in the Region of Piemonte, between Trivero and Valle Cervo. It is crossed by the "Panoramica Zegna" route, now a State road, constructed by wool entrepreneur Ermenegildo Zegna, with close ties to his land, in order to promote the economic development of the mountains and their inhabitants.

The Oasi Zegna project, the first Italian example of environmental patronage and an open air laboratory for new generation awareness, enhances the relationship between man, nature and mountain culture, and is a cell the Biellese Ecomuseum.

Oasi Zegna is the only project in Italy to enjoy the official support of FAI Fondo Ambiente Italiano.



CASA ZEGNA

UN DIALOGO APERTO CON LA CULTURA E L'ARTE

Trivero Valdilana è sede anche di Casa Zegna, archivio storico e polo di aggregazione culturale. Realizzato con un innovativo concept architettonico e museale nella palazzina anni '30 che fu la casa di famiglia, ospita, oltre a una splendida collezione di campionari del XIX secolo, una mostra permanente e uno spazio per le mostre temporanee. Casa Zegna apre in primavera e in autunno.

Trivero Valdilana is also where Casa Zegna, a historical archive and cultural meeting point, is based. Casa Zegna, designed with an innovative archive and museum conceptual approach and housed in the '30s building that was once the family's home, hosts a splendid collection of 19th century textiles samples, a permanent exhibition and a space for temporary exhibitions. Casa Zegna is open in the Spring and in Autumn.

Tel. +39 015.7591463
casazegna@fondazionezegna.com
www.casazegna.org

I SENTIERI

1 SENTIERO DEI RODODENDRI

Dal Centro Zegna alla scenografica Conca dei rododendri e ritorno. Dotata di area pic nic, parte del percorso è praticabile anche da disabili.

DIFFICOLTÀ FACILE
TEMPO 1h
DISLIVELLO +135 m

2 SENTIERO DELLE MORE

Dal Centro Zegna alla scenografica Conca dei rododendri e ritorno. Dotata di area pic nic, parte del percorso è praticabile anche da disabili.

DIFFICOLTÀ FACILE
TEMPO 2h a/r
DISLIVELLO +175 m

3 SENTIERO DELLA CIVETTA

Da Bocchetta di Stavello fino a raggiungere la Punta della Civetta. Si rientra a Stavello. A far da cornice gli splendidi paesaggi sulla Valsessera e la Pianura Padana.

DIFFICOLTÀ FACILE
TEMPO 1h 30'
DISLIVELLO +100 m

5 SENTIERO DI FRA DOLCINO

Da Bocchetta di Stavello al Santuario di San Bernardo e alla panoramica dorsale del Monte Rubello. Si scende poi alla Bocchetta di Margosio e a Bocchetto Luvera.

DIFFICOLTÀ MEDIA
TEMPO 2h 30'
DISLIVELLO +350 m

6 SENTIERO DELLA BRUGHIERA

Dal Santuario della Brughiera si sale leggermente in quota fino alle cascate di Prapiano. Rientro con passaggio alla frazione Capomosso.

DIFFICOLTÀ FACILE
TEMPO 2h 30'
DISLIVELLO +200 m

7 CAMMINO DI SAN BERNARDO

Lungo la Panoramica Zegna, dopo la Chiesa Alpina fino al Santuario di San Bernardo, bellissimo punto panoramico a 360° gradi.

DIFFICOLTÀ FACILE
TEMPO 1h 30'
DISLIVELLO +150 m

9 SENTIERO DELLA ROSA

Da Bocchetto Luvera fino all'Alpe Moncerchio per poi raggiungere la Zegna Baby Forest e rientro.

DIFFICOLTÀ MEDIA
TEMPO 3h
DISLIVELLO +350 m

9b CRESTA DELL'ARGIMONIA

Da Bocchetto Luvera alla Rocca d'Argimonia. Si raggiunge la cappelletta CAI per poi scendere alla Bocchetta del Campo e rientro. Attenzione sentiero per escursionisti esperti, alcuni tratti esposti attrezzati con corde.

DIFFICOLTÀ FACILE
TEMPO 2h
DISLIVELLO +250 m

11 SALITA DELL'ARGIMONIA

Da Biellemonte alla Zegna Baby Forest, quindi alla Cappelletta CAI posta sull'anticima dell'Argimonia. Si rientra da Bocchetta del Campo fino a Biellemonte.

DIFFICOLTÀ MEDIA
TEMPO 1h 30' a/r
DISLIVELLO +120 m

11b ZEGNA BABY FOREST

Lungo la Panoramica Zegna, dopo il Poggio Rosso, inizia il sentiero che raggiunge ed attraversa la Zegna Baby Forest Capomosso.

DIFFICOLTÀ MEDIA
TEMPO 1h 20' a/r
DISLIVELLO +170 m

12 GIRO DI BIELMONTE

Da Biellemonte al Monte Marco, con punto ristoro e pernottamento, quindi scendere al Piazzale Due e rientrare a Biellemonte. Ampi panorami a 360°.

DIFFICOLTÀ FACILE
TEMPO 1h 30'
DISLIVELLO +150 m

13 STRADA DELL'ALPE

Da Camadona o del Santuario del Mazzucco. Da qui si ripercorre l'antica "strada dell'alpe" con possibile sosta al Bocchetto Sessera.

DIFFICOLTÀ MEDIA
TEMPO 3h a/r
DISLIVELLO +570 m

14 SENTIERO DEL CAPRIOLO

Da Bocchetto Sessera all'Alpe Moncerchio. Si sale al Monte Marco con vista mozzafiato per ridiscendere al Piazzale Due e far ritorno a Bocchetto Sessera.

DIFFICOLTÀ FACILE
TEMPO 2h
DISLIVELLO +250 m

15 STRADA DELLA VALSESSERA

Da Bocchetto Sessera all'Alpe Piana del Ponte. Si sale fino all'Alpe Rondolere / sito archeominerario. Dalla Casa del Pescatore si risale quindi al Bocchetto Sessera.

DIFFICOLTÀ MEDIA
TEMPO 2h 30'
DISLIVELLO +380 m

15b PERCORSI ARCHEOMINERARI

Dalla Casa del Pescatore si intraprende il sentiero fino alle tegge dell'Artignaga, quindi ai siti archeominerari dell'Argentera, con vista sulla cascata, e dell'Alpe Rondolere e rientro

DIFFICOLTÀ FACILE / MEDIA
TEMPO 2h 30' / 2h 30'
DISLIVELLO +250 m

16 STRADA DELL'ARTIGNAGA

Da Bocchetto Sessera alla scoperta del Bosco del Sorriso fino alla splendida Conca delle Tegge dell'Artignaga passando dall'Alpe Montuccia e rientro.

DIFFICOLTÀ FACILE
TEMPO 2h 15'
DISLIVELLO +80 m

16b IL BOSCO DEL SORRISO

Dal Bocchetto Sessera si entra nel Bosco del Sorriso, si fa ritorno a Bocchetto Sessera. Un cammino tra gli alberi, avvolti dai silenzi e suoni della natura.

DIFFICOLTÀ MEDIA
TEMPO 1h 15'
DISLIVELLO +50 m

17 GIRO DEL BONOM

Da Bocchetto Sessera al Monticchio. In cresta si oltrepassa Pera Fura fino alla Cima del Bonom. Si scende alle tegge dell'Artignaga per rientrare a Bocchetto Sessera.

DIFFICOLTÀ FACILE
TEMPO 1h 15' a/r
DISLIVELLO +1850 m

18 SENTIERO DEL CARABO

Da Bocchetto Sessera all'Alpe Scheggiola. Oltrepassato il ponte tibetano sul Sessera si raggiunge la Piana del Ponte e rientro.

DIFFICOLTÀ MEDIA
TEMPO 3h 15'
DISLIVELLO +400 m

19 SENTIERO DEI NARCISI

Dal parcheggio di Cascina Lunga lungo la Panoramica Zegna (a 1,8 km da Bocchetto Sessera) alla cima del Monticchio e rientro ad anello passando per l'Alpe Musin.

DIFFICOLTÀ FACILE / MEDIA
TEMPO 2h 30' / 2h 30'
DISLIVELLO +250 m

20 GIRO DELL'ASNAS

Dalla Casa del Pescatore all'Alpe Bricolo si raggiunge l'Alpe Campo della Quara e per cresta la Cima dell'Asnas. Si discende sul versante opposto passando dall'Alpe Balma delle Basse per rientrare alla partenza.

DIFFICOLTÀ MEDIA
TEMPO 4h
DISLIVELLO +850 m

24 SENTIERO DEI FAGGI

Da Forngeno in Valle Cervo salire nel bosco di faggi fino alle baite di Prainz e poi raggiungere le Tegge del Campo e ritorno.

DIFFICOLTÀ MEDIA
TEMPO 3h 30' a/r
DISLIVELLO +705 m

26 PASSEGGIATA DEL BELVEDERE

Dal bivio sulla Panoramica Zegna per Ortomosso in Valle Cervo, si attraversa tutta la frazione fino al cimitero della Pila con il suo splendido panorama e rientro.

DIFFICOLTÀ FACILE
TEMPO 1h 15' a/r
DISLIVELLO +1850 m

23 SENTIERO DELL'ORO

Dalla Frazione Castagna si scende verso Portulia e si prosegue verso il Santuario del Cavallero con un comodo e facile sentiero.

DIFFICOLTÀ DIFFICILE
TEMPO 2h
DISLIVELLO +250 m

29 RACCORDO BRUGHIERA-CONCA DEI RODODENDRI

Dal percorso 6 prendere il bivio a destra e seguire il sentiero fino a raggiungere l'area Pic-Nic all'ingresso della Conca dei Rododendri.

DIFFICOLTÀ FACILE
TEMPO 30'
DISLIVELLO +60 m

30 ANELLO DELLA SCHEGGIOLA

Da Bocchetto Sessera in strada sterrata verso laghetto Massaro e l'agriturismo Alpe Moncerchio. Alternanza di sottobosco e tratti panoramici sul Monte Rosa, sempre in sterrata si torna al Bocchetto Sessera.

DIFFICOLTÀ FACILE
TEMPO 2-30 h
DISLIVELLO +261 m

31 ANELLO DELLA CESIRA

Da Biellemonte verso la Zegna Baby Forest e la Bocchetta del Campo. Si raggiunge la baia Cesira e l'Alpe Moncerchio (agriturismo, camera) si prosegue su sterrato fino a Bocchetto Sessera (ristorante, camera) poi Bosco del Sorriso fino a raggiungere l'Alpe Artignaga.

DIFFICOLTÀ MEDIA
TEMPO 5-30 h
DISLIVELLO +200 m
LUNGHEZZA 16 km

NORDIC WALKING

1 PERCORSO NOVAREIA

Itinerario adatto a tutti, presenta dislivelli con tratti di asfalto. Regala panorami mozzafiato sulla pianura.

DIFFICOLTÀ FACILE
TEMPO 1h 30'

2 PERCORSO BRUGHIERA

Itinerario adatto a Nordic Walkers allenati con buona tecnica, presenta dislivelli con brevi tratti di asfalto.

DIFFICOLTÀ IMPENGNATIVO
TEMPO km 8 2h 30'

3 PERCORSO BELLAVISTA

Itinerario adatto a tutti, dislivello contenuto, panoramico sulla pianura e sulle colline che fanno dell'Oasi Zegna un luogo unico con diverse altimetrie.

DIFFICOLTÀ MEDIA
TEMPO km 9,5 2h

4 PERCORSO CIVETTA

Itinerario adatto a tutti, panoramico sulla pianura e sulle colline che fanno dell'Oasi Zegna un luogo unico.

DIFFICOLTÀ MEDIA
TEMPO km 3 45'

5 PERCORSO DEL LUPO

Itinerario adatto a Nordic Walkers allenati con buona tecnica. Panorami mozzafiato sulla pianura.

DIFFICOLTÀ IMPENGNATIVO
TEMPO km 7,5 2h

6 SENTIERO DEL CAMOSCIO

Sentiero bello ma impegnativo con panorami e scorci da non perdere.

DIFFICOLTÀ IMPENGNATIVO
TEMPO km 8,4 2h 20'

GREEN WELLNESS

1 STRADA DELLA MONTUCCIA

Da Bocchetto Sessera fino all'Alpe Montuccia. Rientro su una comoda carrabile sterrata lungo il Bosco del Sorriso.

DIFFICOLTÀ FACILE
TEMPO 1h 15'
DISLIVELLO +80 m

2 SENTIERO DELLA VALSESSERA

Da Bocchetto Sessera scendere alla Piana del Ponte, attraversare il Ponte della Milizia e rientrare a Bocchetto Sessera passando dall'area pic-nic del Druetto.

DIFFICOLTÀ MEDIA
TEMPO 2h 30'
DISLIVELLO +380 m

3 SENTIERO DEL CARABO

Da Bocchetto Sessera all'Alpe Scheggiola. Oltrepassato il ponte tibetano sul Sessera si raggiunge la Piana del Ponte e rientro.

DIFFICOLTÀ FACILE
TEMPO 1h 15'
DISLIVELLO +400 m

4 BOSCO DEL SORRISO

Dal Bocchetto Sessera si entra nel Bosco del Sorriso, si attraversa l'Alpe Montuccia e si fa ritorno a Bocchetto Sessera. Un cammino tra gli alberi, avvolti dai silenzi e suoni della natura.

DIFFICOLTÀ FACILE
TEMPO 1h 15'
DISLIVELLO +50 m

Nordic Walking Park è nell'Oasi Zegna, certificato secondo i criteri di SINW Scuola Italiana Nordic Walking, un modo per fare attività fisica e ritrovare il piacere del cammino con l'ausilio dei bastoncini. Una disciplina questa tra sport e benessere, rivolta a tutti e praticabile tutto l'anno.

OASI ZEGNA

MAPPA TURISTICA

ITINERARI, ATTIVITÀ OSPITALITÀ

IN PIEMONTE, NELLE ALPI BIELLESI

META IDEALE PER TUTTA LA FAMIGLIA, L'OASI ZEGNA CONSENTE DI VIVERE LA MONTAGNA NEI SUOI ASPETTI PIÙ VERI. ACCANTO ALLA FITTA RETE DI ITINERARI PERCORRIBILI A PIEDI A CAVALLO O CON LA MOUNTAIN BIKE, UN'AMPIA GAMMA DI ATTIVITÀ LUDICHE E SPORTIVE RIVOLTE AD ESPERTI O SEMPLICI APPASSIONATI, CON ISTRUTTORI PARTICOLARMENTE CAPACI NELL'APPROCCIO CON I BAMBINI. A FAR DA CORNICE UN RICCO CALENDARIO DI EVENTI E INIZIATIVE.

AN IDEAL DESTINATION FOR THE ENTIRE FAMILY, IN THE OASI ZEGNA YOU CAN EXPERIENCE THE MOUNTAINS IN THEIR MOST REAL ASPECTS. APART FROM THE SEVERAL ITINERARIES ON FOOT, BY BIKE OR HORSE RIDING, THERE'S A GREAT VARIETY OF AMUSEMENTS AND SPORTS FOR EXPERTS OR SIMPLE ENTHUSIASTS, WITH INSTRUCTORS SPECIALLY TRAINED TO WORK WITH CHILDREN. BESIDES THIS, A RICH CALENDAR OF EVENTS AND INITIATIVES.

VIVI CON NOI LA NATURA, VIENI NELL'OASI ZEGNA!

Over Alp

www.overalp.com

SUMMER OUTDOOR

ALPI BIELLESI

SCOPRI LE NOSTRE PROPOSTE TURISTICHE ED I PRODOTTI DEL TERRITORIO

info@alpiellesi.eu
www.alpiellesi.eu

ALL'APERTO

Un progetto voluto e realizzato dalla Fondazione Zegna con l'intento di facilitare la conoscenza e il dialogo con l'arte contemporanea, offrendo alla collettività una visione rinnovata dei luoghi in cui si svolge la vita quotidiana.

A project promoted and carried out by the Fondazione Zegna with the aim of fostering knowledge of and dialogue with contemporary art, offering the public a new perspective on the places in which everyday life takes place.

www.fondazionezegna.org/allaperto



IL BOSCO DEL SORRISO

PER CHI SOSTA, ASCOLTA, OSSERVA FOR THOSE WHO REST, LISTEN, OBSERVE

Un percorso esperienziale ad anello di 4,8 km facile e per tutti, che si inoltra nella natura incontaminata dell'alta Val Sessera tra faggi, pini e betulle per assimilare gli effetti benefici. Per i più piccoli, aree sosta con sedute in pietra e libri in cedro per leggere o farsi raccontare le favole del bosco.

A 4.8 km experiential path (loop) that's easy enough for everyone, through uncontaminated nature in Alta Val Sessera, amidst beeches, pines and birches, whose beneficial effects we can assimilate. For small children there are rest areas with stone seats and cedar wood books in which they can read, or be read, the Forest Fairy Tales.

Info: Locanda Bocchetto Sessera Tel. +39 015.744115

FOREST BATHING

FORESTA DEL SILENZIO

Antica pratica salutistica che consiste da giugno a settembre nel passeggiare e sostare nei boschi per ottenere - attraverso i monoterpeni emessi naturalmente da alcune masse fogliari - un effetto rigenerante per la mente e il corpo con un'azione antistress, la normalizzazione della frequenza cardiaca e della pressione sanguigna e un potenziamento delle difese immunitarie.

An ancient health practice widespread throughout the Far East. This consists from June to September of walking and resting in the woods to obtain - through the monoterpenes emitted naturally by certain leaves - with a regenerating effect for the mind and the body, a soothing of stress, normalization of pulse rate and blood pressure and a strengthening of immune defense.

Info: Locanda Bocchetto Sessera Tel. +39 015.744115

PARCOAVVENTURA.IT

Sconto 20% per un ingresso



+ DI 80 PIATTAFORME SOSPese FRA GLI ALBERI

INFO 015 702488 **VEGLIO**

Salta con noi dai 152 metri del Ponte Colossus

POLIAMBULATORIO SPECIALISTICO

Casa della Salute

DIAGNOSTICA PER IMMAGINI VISITE SPECIALISTICHE - OCULISTICA - CARDIOLOGIA MEDICINA SPORTIVA - ODONTOIATRIA - FISIOTERAPIA

Per prenotazioni e informazioni **015.9248070**

www.casasalute.eu - Casa della Salute
SANDIGLIANO (BI): Via Cesare Battisti, Str. Trossi, 99
AUT. POLIAMBULATORIO n.14/2019 del 29/10/2019 rilasciata dal Comune di Sandigliano
Direttore Sanitario Poliambulatorio Dott.ssa Gemma Scoccia



TRASCORRI LE VACANZE IN NATURA

Mob.: +39 340 90.80.912
Mail: marco.toffanello@zegna.com

LAURETANA

L'acqua più leggera d'Europa

info@lauretana.com
www.lauretana.com



Bucaneve

SPORT & WELLNESS

BIELMONTE
TEL. 015.744184

bucaneve@oasizegna.com