

L'Orto botanico G.E. Ghirardi presenta
MEDITAZIONE IN ORTO BOTANICO

Laboratorio di yoga

16:00 - 17:30

PIANTE DA RESPIRARE

Venerdì
1
MAGGIO
2026

meditazione

GRIMOLDI 2026

La frescura dell'Orto botanico, nel pomeriggio farà da cornice ad un lavoro di presenza nel proprio corpo, nella bellezza fuori e dentro di noi. Sara Vimercati, ricercatrice spirituale di Yoga, vi condurrà attraverso le suggestioni e intuizioni della Natura, in un viaggio alla scoperta di se stessi, dove l'esecuzione di semplici Asana sarà specchio della propria essenza e fuoco interiore, per avventurarsi in un viaggio di suoni, profumi e colori.

Rivolto a ragazzi e adulti

Ingresso libero

Per info, prenotazioni: orto.ghirardi@unimi.it

Responsabile scientifico Gelsomina Fico

Apertura a cura dei Volontari dell'Orto botanico