

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

Laboratorio di yoga

10:00 - 12:00

PIANTE DA RESPIRARE

**Sabato
23
MAGGIO
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

Orto botanico G.E. Ghirardi
Via Religione 25
25088 Toscolano Maderno (BS)
orto.ghirardi@unimi.it