

Sport e natura, nuovo appuntamento con Monti Sorgenti

Ritrovo domenica 16 maggio alle 15 al piazzale della funivia a Versasio

“Yoga, Pilates e Capoeira in montagna”, ecco la nuova proposta del ricco programma di **Monti Sorgenti**. Dopo settimane chiusi in casa cosa c'è di meglio che fare un po' di movimento, con insegnanti qualificati, in mezzo alla natura? Ritrovo **domenica 16 maggio**, alle **ore 15**, al piazzale della funivia (località Versasio) per una breve passeggiata verso **Campo de Boi**.

A seguire **yoga, pilates** e avvicinamento alla **capoeira** per tutti. Gli istruttori si alterneranno per far sperimentare una pratica base di yoga e una di pilates, ci sarà poi la possibilità di scoprire, insieme al **Grupo Geração Capoeira**, l'arte marziale brasiliana (per la pratica yoga è consigliabile portare il tappetino o una coperta. In caso di pioggia l'evento sarà annullato)

Al termine della pratica chi lo desidera può proseguire lungo il sentiero che porta al **rifugio Stoppani** per l'appuntamento successivo. Ore 18.30 (rifugio Stoppani) **concerto musicale** con il gruppo **“Men on the road - Acoustic Trio”**. In caso di pioggia l'evento sarà annullato.

[QUI IL PROGRAMMA DELL'EDIZIONE 2021 DI MONTI SORGENTI](#)