



**Club Alpino Italiano
Sez. Livorno**

Nando Bastianelli - Lido del Nista
Fondata nel 1888



SABATO 28 MAGGIO 2022

EVENTO TAM

MEDITAZIONE CAMMINATA A PIAN DELLA RENA

CONDUZIONE MEDITAZIONE: ELISABETTA DIADORI E FRANCESCO LAMIONI
PSICOLOGI, PSICOTERAPEUTI

ORGANIZZATORI TAM: CHIARA GIANNOTTI CELL. 348 4924707
ANDREA BIANCHI CELL. 340 4720353

RITROVO/PARTENZA: [PARCHEGGINO PER PIAN DELLA RENA](#) (CASTELLACCIO) ORE 16

MERENDA-CENA: AL SACCO

NOTE: RISERVATO AI SOLI SOCI CAI.

Sabato 28 maggio attività di Psicosomatica Olistica a Pian della Rena con Elisabetta Diadori e Francesco Lamioni, psicologi, psicoterapeuti, co-fondatori di Syntropy - Centro Studi Olistici – APS.

Organizzatori per il gruppo TAM Chiara Giannotti e Andrea Bianchi.

Partenza dal parcheggio per Pian della Rena alle ore 16:00.

Inizieremo con l'abituale incedere per i primi dieci quindici minuti, poi Elisabetta e Francesco ci guideranno in una esperienza di benessere attraverso una consapevole e profonda comunione con se stessi e col contesto naturale che ci ospiterà. Verranno impiegate tecniche energetiche e meditative all'interno di una cornice teorica scientifica che valorizza l'insegnamento e il contributo prezioso del mondo vegetale al benessere umano e personale.

Al termine di questa esperienza, verso le 18:30, consumeremo la merenda-cena con mangiare al sacco in modo da tornare alle macchine verso le 20:00. L'evento è riservato ai soli soci .

È richiesto di mantenere una condotta di affidamento e di quiete.