



**DOMENICA 25 SETTEMBRE 2022**

**EQUINOZIO D'AUTUNNO –**

**“Yoga e passeggiata naturalistica”**

**MULINO DI MORA BASSA – VIGEVANO**



### **PROGRAMMA**

**ore 09.00** arrivo al mulino di Mora Bassa e accoglienza.

**ore 09.30** inizio pratica YOGA

**ore 11.00** breve visita all'agriturismo Mora Bassa, crostata alla frutta bio di loro produzione, caffè o tisana, acqua.

**ore 11.45** tutti in carrozza, comodamente seduti sul JUMBOTRAIN, arriveremo all'imbocco del canale Sforzesco, sopra la Centrale Idroelettrica Ludovico il Moro, che corre parallelo alla pista ciclabile dell'ENEL. e passeggiata naturalistica...

**ore 13.15** partenza per il rientro a Mora Bassa e termine attività

**PS.** In caso di bel tempo, possibilità di pranzare al sacco autonomamente nello storico giardino del Mulino di Mora Bassa.

### **COSTO**

€ 20,00 a partecipante comprensivo di uso sala al Mulino di Mora Bassa, jumbotrain, colazione all'agriturismo, guida naturalistica. In aggiunta contributo libero per la pratica YOGA

**POSTI LIMITATI**, prenotazione obbligatoria **Paola 333-8573789** entro giovedì 22 settembre 2022 -