

VIII TREKKING NATURA WORLD

Mappati ben 55 percorsi per famiglie e sportivi: dallo svago al puro agonismo

# L'APPENNINO COME NON L'AVETE MAI VISTO

## Il Villaggio della Salute Più amplia i propri confini dando vita a un nuovo progetto che permetterà di vivere appieno le nostre colline

di **Federico Monti**  
BOLOGNA

Per chi, terminata l'estate, ha ancora voglia di aria aperta e sport, è stato appena lanciato al Villaggio della Salute Più, nella Città Metropolitana di Bologna, un interessante progetto dal nome "Natura World", che permetterà a sportivi e famiglie di vivere appieno il nostro Appennino. Studiando infatti le valli dei fiumi Sillaro, Idice e Santerno, sono stati mappati ben 55 percorsi, evidenziati e georeferenziati in una vasta e importante carta topografica, che possono essere reperiti grazie all'applicazione Avenza Maps e la guida via GPS (global positioning system). Il turismo degli itinerari è articolato su tracciati a piedi, in mountain bike (classiche MTB), gravel bike (strade bianche), road bike (ciclismo su strada), handbike (accessibili per portatori di handicap, anche tandem) e infine ebike (pedalata assistita). Per invogliare i più pigri, ma anche i più piccoli, all'interno di questi percorsi sono state individuate e realizzate, con il sistema del geocaching (anche in versione kids), vere e proprie cac-

ce al tesoro, che coniugano l'avventura della ricerca con il piacere della scoperta dei luoghi, nelle quali ci si può cimentare anche in autonomia e in qualsiasi momento. Alla fine della ricerca, i partecipanti troveranno uno scrigno con un piccolo regalo.

**NATURA COACH.** Per completare l'attività sportiva sono inoltre state ideate delle iniziative atte a stimolare la componente emotiva delle persone: le location magiche.

Durante il percorso di scoperta di queste location, vengono sempre messe in atto le ecoterapie grazie a una guida chiamata "natura coach". Si tratta complessivamente di una ventina di attività diverse: in ogni location vengono proposte quelle più adatte al territorio specifico. Ci saranno attività mnemoniche, uditive, olfattive, di automassaggio, camminata consa-

pevole, camminata silenziosa, forest therapy, attivazione dei "due cuori" per vivere veramente le ecoterapie dell'autocoscienza, così definite perché aiutano a conoscere più profondamente il proprio io psicofisico. Ne abbiamo parlato con il professor Antonio Monti, direttore scientifico del Villaggio della Salute Più: «A disposizione di tutti gli appassionati ci sono dieci esperienze magiche in altrettante location ricche di emozioni, vere e proprie epifanie del bioritmo vitale della natura. La scoperta delle location parte dal Villaggio e può durare alcune ore o una giornata intera. I percorsi si possono affrontare in gruppo o in solitaria, a piedi o in bici, in automobile personale o con mezzo fuoristrada messo a disposizione dal Villaggio, sempre con un "natura coach", cioè una guida naturalistica esperta».

© RIPRODUZIONE RISERVATA



La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

