

# Bagno Sonoro

nel paesaggio incantevole  
della Valle di Monte Trebbio

**Mercoledì 3 Luglio 2024**



*Il Bagno Sonoro è un'esperienza insolita ma di grande effetto, dona un rilassamento profondo generato dalle onde vibratorie dei suoni di diversi strumenti, come le campane tibetane, il tamburo sciamanico, l'handpan, il didgeridoo, l'hauca e altri sonagli che amplieranno le sfumature dei suoni. L'intero nostro corpo sarà coinvolto, facendoci sentire in una culla fatta di musica nella natura, lontani dai rumori quotidiani.*

*Saremo guidati da una Naturopata professionista specializzata in musicoterapia e un Musicista.*

**Ore 17.30:** partenza in pullman da Imola, Via Aspromonte, verso l'Agriturismo nei pressi di Modigliana. Ci accoglieranno i proprietari della tenuta, che si affaccia sulla magnifica Valle di Trebbio, in un balcone naturale di grande impatto. Nel grande prato ci verranno illustrati tutti gli strumenti che verranno utilizzati per il Bagno Sonoro: le **campane tibetane**, il **tamburo sciamanico**, l'**handpan**, il **didgeridoo**, l'**hauca** e vari **sonagli**. In posizione seduta e sdraiata, sui nostri tappetini, ci immergeremo nell'esperienza unica del Bagno Sonoro. L'esperienza porterà ad una maggiore percezione di sé, un modo per ascoltare e far fiorire il nostro "io" in modo armonioso e ordinato, donandoci benessere. Qui attenderemo il tramonto.

**Cena rustica in agriturismo** con il seguente menu: *Strozzapreti ubriachi con salsiccia e gorgonzola, Prosciutto e melone, Semifreddo all'amaretto, acqua e vino.*

Al termine, rientro a Imola.

**QUOTA DI PARTECIPAZIONE: € 105.00**

*Iscrizioni con versamento di acconto di 40 euro, saldo entro il 28 Giugno*

*Minimo 13, massimo 20 partecipanti*

La quota comprende: trasporto in pullman riservato, spiegazioni guidate da parte di naturopata specializzata e musicista, bagno sonoro con strumenti, cena in agriturismo con menu indicato, assicurazione medica (massimale di € 1000,00); accompagnamento e assistenza A.PI Studio.

**COME VESTIRSI e COSA PORTARE:** abiti comodi come tuta, maglietta, scarpe da ginnastica. Necessario tappetino di gomma. Consigliato un telo mare da mettere sul tappetino, una copertina leggera per coprirsi, eventuale cuscinetto per il capo. Repellente per insetti.

*IN CASO DI MALTEMPO IL PROGRAMMA DI RILASSAMENTO VERRA' SVOLTO ALL'INTERNO*

