



Bagno di Bosco al Pian dei Resinelli e visita alle antiche miniere Giornata benessere a contatto con la natura

Domenica 31 Maggio 2026

Ritrovo dei Signori partecipanti e **partenza alle ore 07.30 da Varese Viale Milano, 23 davanti all'ACI, alle ore 07.50 partenza da Gallarate rotonda Sorelle Ramonda davanti al negozio "Gallarate Sposa",** quindi partenza con bus Morandi alla volta della volta del Pian dei Resinelli, un'incantevole località immersa nella natura.

Qui inizieremo la nostra **esperienza di bagno di bosco** nel **suggestivo bosco Giulia**. Durante questa passeggiata immersiva, i partecipanti avranno l'**opportunità di rilassarsi e riconnettersi con la natura**, grazie a **esercizi di mindfulness** che favoriranno il **benessere mentale e fisico**.

Verso le 12:30, sarà il momento del pranzo. A seconda delle preferenze, si potrà consumare un pranzo al sacco o approfittare dell'ospitalità del Rifugio Porta per un assaggio della squisita cucina locale.

Nel **pomeriggio** visiteremo le **antiche gallerie minerarie** presenti in zona: un **affascinante viaggio nella storia estrattiva** del territorio che andremo a scoprire grazie ad una guida esperta.

Le **miniere dei Piani Resinelli** risalgono al 1500 e sono quindi le **più antiche miniere visitabili su tutto il territorio lecchese**. Si trovano nella **cornice del Gruppo delle Grigne**, ad un'**altitudine di circa 1200 m** e testimoniano la storia di un affascinante passato, non così lontano, che ricopre un ruolo importante nella tradizione del territorio lecchese legato ai minerali metallici e all'industria siderurgica.

Sono rimaste in attività fino alla metà del '900, dismesse definitivamente negli anni Cinquanta a causa dell'abbassamento dei prezzi e la conseguente decadenza dell'attività estrattiva.

Al termine della visita, incontro con il bus e rientro per i luoghi di origine con rientro previsto in serata.

Varese- Pian dei Resinelli km 96

Quota individuale di partecipazione

Min. 20 pax: € 89

Pranzo in rifugio: € 30

(menù: tagliere di salumi e formaggi, pizzoccheri, crostata ai frutti di bosco, acqua naturale e frizzante, vino rosso e caffè)

(qualora non si dovesse raggiungere il numero minimo di partecipanti verrà applicato un supplemento pari a € 6 a persona a partire dai 15 partecipanti)

La quota comprende:

- Viaggio andata e ritorno in bus, Iva, pedaggi;
- Guida certificata che ci accompagnerà nell'esperienza del Bagno di Bosco
- Ingresso alla Miniere Resinelli con guida per la durata di 1,5 ore
- Accompagnatore Morandi

La quota non comprende: pranzo in Rifugio prenotabile con supplemento, tutti gli extra in genere e tutto quanto non espressamente indicato nella dicitura "La quota comprende".

Supplemento per posto bus in prima fila: 5,00€ a persona, in seconda fila: € 3,00 a persona, in terza fila: €2,00 a persona

DOCUMENTI PER IL VIAGGIO: Carta d'identità o passaporto in corso di validità.

Iscrizione: All'atto dell'iscrizione verrà richiesto il saldo totale della quota di partecipazione con pagamento in contanti o bancomat o bonifico bancario alle seguenti coordinate: **IBAN IT72 2030 6910 8101 0000 0000 785**. La conferma del viaggio avverrà al raggiungimento del numero minimo di partecipanti e comunicato il giovedì antecedente la partenza. Entro il giorno prima riceverete la convocazione via mail e tramite gruppo whatsapp con i dettagli del viaggio e riferimento del vostro accompagnatore. L'orario di partenza è indicativo, il definitivo verrà riconfermato prima della partenza sulla convocazione via mail e tramite whatsapp. L'ordine delle visite previste potrà essere variato per esigenze organizzative e migliorative. **Penalità in caso di annullamento:** Dall'atto dell'iscrizione la penalità sull'importo totale del viaggio è pari: al 25% fino a 30 giorni prima della partenza, al 50% fino a 14 giorni prima della partenza, al 75% fino a 3 giorni prima della partenza, Al 100% dopo tali termini.



Il Bagno di Bosco (Shinrin-Yoku)

Il “Forest Bath” è una terapia che riporta ampi benefici per la salute fisica e mentale. La terapia consiste generalmente nel camminare molto lentamente attraverso la foresta, fare pause per riposare, godersi l’esperienza con i cinque sensi, dimenticare di telefoni e macchine fotografiche, chiudere gli occhi per affinare il senso dell’udito e dell’olfatto e respirare profondamente.

Perché scegliere l’esperienza del bagno di bosco:

- Benefici del bagno di bosco scientificamente provati per ridurre lo stress e migliorare l'umore.
- Scoperta del territorio: un'occasione per conoscere un luogo ricco di storia e bellezze naturali.
- Esperienza di promozione di un turismo responsabile e rispettoso dell'ambiente.

Indicazioni per la visita alle Miniere Resinelli:

La visita deve essere effettuata con scarponcini o scarpe da trekking.

Suggeriamo di indossare un abbigliamento adatto ad una temperatura di circa 10°-12°.

La durata della visita è di 1 ora e mezza, comprensiva del tragitto di andata e ritorno.

Adatta anche ai bambini a partire dai 6 anni (percorso non accessibile con passeggini)