

Valbelluna Agordino

G

Giovedì 17 Giugno 2021
www.gazzettino.it

Yoga a Col Margherita in diretta mondiale

FALCADE

Lo yoga? Si fa a oltre 2mila metri di quota, nell'aria purissima. È l'iniziativa dei maestri della rete del Treviso Yoga Day che ha scelto per le sue lezioni le Dolomiti Bellunesi, dove l'aria è pura come al Circolo Polare Artico. L'appuntamento è per domenica 20 giugno, alle ore 10, al rifugio Laresesi, a 2.250 metri nella Ski Area San Pellegrino. Si potrà praticare yoga con una vista a 360 gradi sulle Dolomiti. A guidare la lezione saranno i maestri della rete del Treviso Yoga Day.

IL RECORD

Il Col Margherita, vetta che si staglia su uno dei lati del rifugio Laresesi, a Falcade (BL), ha un'altitudine di 2.250 metri. È un luogo simile a Ny Ålesund (isole

Svalbard, Norvegia), il paese abitato più a nord del mondo, misurati dagli strumenti della stazione Zeppelin. Lo dicono i dati della stazione CNR situata in vetta, a 2.520 metri, un'eccellenza scientifica che lavora in sinergia con l'università Ca' Foscari di Venezia.

GLI ESERCIZI

Praticare asana ed esercizi per favorire la concentrazione, la flessibilità e l'equilibrio in un luogo incontaminato e ameno come questo assicura una piena connessione con la natura. L'appuntamento, antepresa della Giornata Internazionale dello Yoga - solo su prenotazione attraverso il sito www.yogaday.it - invita a "vivere e connettersi con il territorio" toccando uno dei luoghi più panoramici delle Dolomiti. La ricerca di elevazione spi-

rituale si arricchirà simbolicamente della maestosità delle vette che si aprono davanti agli occhi: dalla parete sud della Marmolada, al monte Pelmo, dalla maestosità del Civetta fino alle Pale di San Martino. «Un'occasione unica per riconnettersi con noi stessi e ricercare l'armonia con la bellezza di una natura incontaminata, liberando energie e praticando le tecniche di rilassamento e meditazione in un contesto naturale che non ha

**LA RETE TREVIGIANA
DI MAESTRI HA SCELTO
LA LOCALITÀ DI FALCADE
A 2250 METRI
PER UN EVENTO
SPECIALE**



LA GIORNATA yoga a 2200 metri per la giornata mondiale

eguali», spiega Corrado Ricciardi, dell'Associazione CuoridILUCE, organizzatore dell'evento, che inaugura lo «Yoga Summer Tour Veneto 2021». L'iniziativa sarà anche online dal giorno seguente, sul canale YouTube Yoga-DayTV, per celebrare la Giornata Internazionale dello Yoga, istituita ufficialmente nel dicembre del 2014 dall'Assemblea Generale dell'Onu. All'appuntamento del 20 giugno faranno seguito altri eventi che uniscono arte, musica e natura nella Ski Area San Pellegrino. In agenda c'è già il concerto «La Mia Terra» in programma Sabato 24 luglio, ore 10.30, a Falcade presso il Bosco degli Artisti, con la grande orchestra - diretta dal maestro **Diego Basso** - a quasi 2000 metri. (D.F.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**DIEGO
BASSO**
DIRETTORE