



NATURA E SALUTE: INCONTRI DI YOGA E GINNASTICA DOLCE AL PARCO GIARDINO SIGURTÀ

Tra giugno e luglio si tengono al Parco Giardino Sigurtà nove lezioni dedicate al benessere, nella suggestiva cornice serale del Secondo Parco Più Bello d'Europa.

Anche per la stagione 2020, che ha preso il via il 10 maggio, torna il ciclo di incontri *Natura e Salute* al Parco Giardino Sigurtà: nove appuntamenti dedicati al benessere con lezioni di **yoga e ginnastica dolce** che si terranno dalle **ore 19.00 alle ore 20.00**, nell'incantevole cornice estiva del Parco.

In questa oasi naturalistica, che sorge a pochi chilometri dalle città di Mantova e Verona, si potrà praticare yoga con l'insegnante Laura Orlandi, rappresentante regionale del Veneto per la *Federazione Italiana Yoga*, nei seguenti giorni: 10, 12, 17, 24 giugno, 1 e 8 luglio; mentre saranno proposte le sessioni di ginnastica dolce l'11 e il 18 giugno e il 2 luglio.

Ogni partecipante avrà un omaggio speciale da parte di *Decathlon*, sostenitore dell'iniziativa.

Il tutto si svolgerà in **sicurezza**: ovvero il Parco gode di ampi spazi, 60 ettari di estensione, quindi è garantito il distanziamento sociale tra i partecipanti, inoltre gli ambienti seguono cicli di sanificazione e vi sono dispenser con igienizzante per mani a disposizione dei visitatori in differenti punti del Giardino. Per accedere al Parco è obbligatorio indossare la mascherina **solo quando non si riesce a mantenere la distanza di sicurezza di almeno un metro** con gli altri visitatori, è obbligatorio invece indossare la mascherina negli ambienti chiusi, come nelle toilette.

NOVITÀ STAGIONE 2020

Per la stagione 2020 c'è una **grande novità**: partecipare alle serate del Parco è ancora più semplice! Se vorrete vivere il Parco Sigurtà in esclusiva dopo il suo orario di apertura (ore 19.00) e **seguire una**

lezione di yoga o ginnastica dolce, potrete farlo presentandovi in cassa e pagando 15,00 euro! Sarà un'occasione unica per ammirare il Giardino in vesti mai viste e per vivere una serata alternativa. Per gli **abbonati, invece, alla stagione 2020 del Parco**, con soli 15,00 euro si avrà il diritto a partecipare a tutte le serate *Natura e Salute*: questo è uno dei tanti vantaggi che il Giardino Sigurtà riserva agli abbonati per questa stagione.

L'iscrizione alle lezioni potrà essere effettuata alle biglietterie del Parco.

Ufficio Stampa:

Dott.ssa Roberta Gueli

045/6371033 int. 4

335/1436980

ufficiostampa@sigurta.it

www.sigurta.it