



# Canyoning e Suoni Ancestrali in Val Resia

## Divertimento ed Emozioni in Natura

Escursioni: [Canyoning](#)

**Difficoltà:** 7

**Durata:** 5h

**Data attività:** 29/09/2024 08:30

**Termine iscrizioni:** 29/09/2024

**Prezzo:** 90 €

Venite a vivere una giornata all'insegna dell'avventura e del divertimento e di profonda e intensa connessione con la natura!

Si inizia con un'emozionante esperienza di canyoning sul Rio Ronc. Il torrente scorre sotto le pareti occidentali del Monte Canin e nella parte inferiore ha scavato un interessante alveo tra le bianche pareti calcaree. Tra queste rocce, incastonate in un ambiente alpino bellissimo e selvaggio, risalta il colore turchese dell'acqua e grandi e piccini non possono che restare a bocca aperta!

Finita la fatica, tutti a pranzo alla Baita "Al Taj" per ritrovare le energie e condividere sorrisi ed emozioni.

A conclusione della giornata, in un sito magico tra alberi, fiori e massi erratici ascolteremo vibrare i Gong e le Campane Tibetane assieme a tanti altri strumenti arcaici per ritrovare così un po di pace, rilassare la mente e il corpo e vivere un'esperienza unica di contatto con la natura.

### **Incluso nel prezzo**

- guida canyoning
- attrezzatura tecnica per l'attività di canyoning
- guida A.M.M. e Gong Master per l'esperienza sonora in natura
- assicurazione RC terzi delle guide
- recupero e soccorso in caso di necessità

### **Non incluso nel prezzo**

- trasferimenti
- assicurazione personale
- pranzo alla "Baita Al Taj"
- tutto quanto non specificato alla voce "incluso nel prezzo"

Attività riservata agli adulti

**Punto di ritrovo / Sede del corso:**

Bar Trattoria "All'Arrivo"  
Stolvizza (UD)

**Elenco materiali necessari:**

## VESTIARIO

Scarpe da avvicinamento o scarponi da trekking con suola in Vibram o similare

Abbigliamento tecnico da trekking

Guscio impermeabile in gore-tex o similare

Felpa

Vestiti di ricambio

Costume

Buff

Occhiali da sole

Asciugamano

## MATERIALI VARI

Zaino 15/20l con qualche snack e bottiglietta d'acqua o borraccia (capacità di almeno 0,5l)

Kit pronto soccorso. La guida avrà un kit con quanto necessario per tutto il gruppo. Vi consigliamo tuttavia di prendere con voi le medicine personali e particolari di cui fate uso normalmente.

Bastoncini da trekking

## BAGNO DI GONG

Per vivere al meglio il bagno sonoro ti consigliamo vestiti comodi e non troppo restrittivi.

I tessuti naturali come il cotone, il lino o la seta sono ideali perché permettono alla pelle di respirare e non interferiscono con le vibrazioni.

Vestiti a strati: è importante vestirsi per la temperatura del bagno sonoro. Porta uno scialle o una giacca leggera per coprirti nel caso tu abbia freddo.

Ti consigliamo di mantenere i tuoi piedi comodi durante il bagno sonoro, quindi scegli un paio di scarpe morbide e non restrittive. Sandali, ciabatte o calze con gommini sul fondo sono tutte buone scelte.

Vi consigliamo di portare con voi:

- Materassino
- Coperta
- Cuscino
- Bottiglietta d'acqua o borraccia (capacità di 0,5l)

**Prerequisiti:**

- buona salute
- buona condizione fisica
- esperienza escursionistica su sentieri di montagna medio-difficili\*

\*per dubbi o informazioni dettagliate contattate direttamente la guida

**Info e contatti guida:**

**MITJA FILIPI?**

Guida Canyoning  
+386 40 848801

**MARCO PIRONA**

A.M.M. Collegio Guide Alpine FVG con specializzazione T.INN (terreno innevato)  
International Mountain Leader - Gong Master  
Guida Nazionale Cicloturistica  
+39 320 9411366  
marco.pirona@primealps.it