



Sabato 20 settembre 2025

Una giornata all'insegna del benessere e
della natura

DALLE 10.00 ALLE 11.30

CORPO, MENTE E STORIE

3 sessioni di Hatha Yoga intervallate da letture
per riconnettersi con il corpo e la natura.

In collaborazione con ASD Hata Moto Mumon Aps

Partecipazione gratuita, posti limitati
iscrizioni a: biblioteca.caponago@cubinrete.it

Portare un tappetino morbido, un asciugamano e abbigliamento comodo

DALLE 14.30 ALLE 16.30

ARCHITETTI DEL BOSCO

Un pomeriggio in compagnia
dell'ornitologa Giuditta Corno

Passeggiata naturalistica

Alla scoperta degli uccelli che popolano il
parco della Biblioteca e le zone urbane.

a seguire:

Laboratorio naturalistico (5 - 11 anni)

Costruiamo casette nido per il nostro Parco

Partecipazione gratuita, posti limitati
iscrizioni a: biblioteca.caponago@cubinrete.it

 Presso il Parco della Biblioteca Civica "Italo Calvino"
Via Voltolina 20, Caponago (MB)

