

La Riserva Naturale Torbiera del Sebino organizza

Settembre
Ottobre
2026



esperienze per riscoprire la
lentezza e il benessere di stare in
NATURA

SABATO 12 SETTEMBRE - ORE 16:00 **IN-SOLITE TORBIERE**

Escursione alla Madonna del Corno, per ammirare la Riserva dall'alto con lezione di Yoga al tramonto

Ritrovo: Monastero San Pietro in Lamosa

DOMENICA 13 SETTEMBRE - ORE 15:00 **ATELIER IN RISERVA** (attività per famiglie con bambini)

Caccia al tesoro con laboratorio di pitture acriliche alla Torretta di Birdwatching.

Ritrovo: Centro Accoglienza Visitatori - Iseo

SABATO 19 SETTEMBRE - ORE 9:00 **BENESSERE PER LA NATURA**

Attività di raccolta plastica nella zona delle Lamette: perché la natura si offre ma bisogna anche restituire, prendendosene cura.

Ritrovo: da definire

DOMENICA 20 SETTEMBRE - ORE 10:30 **MINDFUL BODY SULL'ERBA**

Un'esperienza per tornare al presente attraverso la riconnessione corpo-mente imparando strategie per lasciare andare tensioni fisiche, carico emotivo e controllo eccessivo.

Ritrovo: Centro Accoglienza Visitatori - Iseo

SABATO 26 SETTEMBRE - ORE 10:30 **LABORATORIO ACQUARELLO**

Impara le tecniche base dell'acquarello per creare il tuo paesaggio ispirandoti alla natura della Riserva Naturale.

Ritrovo: Centro Accoglienza Visitatori - Iseo

DOMENICA 27 SETTEMBRE - ORE 16:30 **A PIEDI NUDI**

Mini visita guidata con momento di esplorazione della natura a piedi nudi.

Ritrovo: Monastero San Pietro in Lamosa

SABATO 3 OTTOBRE - ORE 9:00 E ORE 15:00 **IL FASCINO DELLE MIGRAZIONI**

In compagnia del Gruppo Ricerche Avifauna si va alla ricerca della meraviglia con un binocolo.

Ritrovo: Centro Accoglienza Visitatori - Iseo

DOMENICA 4 OTTOBRE - ORE 9:30 **FOREST BATHING**

Una passeggiata lenta seguita da attività immersive e sensoriali dove il respiro incontra gli alberi e il corpo ritrova la leggerezza.

Ritrovo: Monastero San Pietro in Lamosa

DOMENICA 4 OTTOBRE - ORE 15:00 **NATURA IN TUTTI I SENSI** - Laboratorio per famiglie

Scopriamo la meraviglia della Natura con occhi, mani, orecchie ed emozioni.

Ritrovo: Centro Accoglienza Visitatori - Iseo