



Raduno bikers a Livigno 3 notti sul «Piccolo Tibet»

Per chi ha il dna sportivo, dal 31 luglio al 3 agosto Livigno, il «Piccolo Tibet delle Alpi» diventa un universo sportivo dove divertirsi provando sessioni di yoga e pedalando per i dintorni di Livigno.

Il gruppo Lungolivigno ha preparato un pacchetto speciale; con aperitivi, poi si partecipa alla sfilata in bicicletta lungo la via pedonale di Livigno, accompagnata dalla musica. La serata è dedicata al primo raduno europeo per gli amanti dei viaggi su due ruote; palco libero per tutti i cicloviaggiatori, che possono raccontare una storia. La storia più bella riceverà un premio. A seguire, grigliata, birra e musica. Per il secondo giorno la sveglia suona presto: alle ore 6.30, all'Hotel Lac Salin SPA & Mountain Resort c'è il saluto al sole con il Maestro Alberto Milani, istruttore internazionale (CSEN e RYT200) ed

esperto di yoga x outdoor sport. Con la brezza mattutina e le prime luci dell'alba, lo yoga è ancora più rigenerante. Alle 9 si può assistere alla lezione «la preparazione della bicicletta prima di una uscita» da l'm Sport Store.

E l'escursione segue subito dopo: alle 10 si parte per andare da Nietzsche. Si passa il Passo Bernina, Lago Bianco, Sankt Moritz, Laghi dell'Engadina, Sils Maria, si passa per la casa di Friedrich Nietzsche e si ritorna: 108 km totali, con la possibilità di tornare in treno al Bernina.

Il terzo giorno c'è l'evento clou: dalle 9 alle 17 è tempo di 3K Up&Down, si sale a 3000 metri con la funivia, si percorre un trail di 13 km e poi si risale di nuovo. Durata 3 notti con trattamento di mezza pensione dal 31 luglio al 3 agosto 2015, negli hotel Lac Salin SPA & Mountain Resort; Parè.