

VareseNews

Musica, yoga e colazione vista lago per un'alba speciale a Travedona Monate

Pubblicato: Lunedì 28 Luglio 2025



 06:15 – 09:15

 Travedona Monate

Il silenzio del lago, i colori dell'alba e il canto corale si incontrano sabato 2 agosto a Travedona Monate per un evento che unisce musica e natura. Alle 6.15, sulle rive del Lago di Monate, il **Coro Goccia di Voci** diretto da **Oskar Boldre** aprirà la giornata con un **concerto all'alba**: un'esperienza suggestiva in cui le voci si fonderanno ai suoni del risveglio naturale e alla luce del primo sole.

L'iniziativa propone un momento speciale di ascolto e contemplazione: le note del coro accompagneranno i presenti lungo un viaggio sonoro che valorizza il paesaggio lacustre e la quiete del mattino. Un'occasione per vivere l'alba in modo diverso, immersi in un'atmosfera intima e raccolta.

Alle 7.30, subito dopo il concerto, è in programma una **sessione di yoga** dedicata al risveglio del corpo e della mente. La pratica sarà guidata da **Cristina Tringali** e accompagnata da **Laura Enfi** con i **Bija Mantra**, antichi suoni che favoriscono l'armonizzazione dell'energia vitale. La partecipazione costa 15 euro e richiede la prenotazione obbligatoria ai numeri **375 8019514** (Cristina) e **349 6307072** (Laura).

Dalle 7.30 alle 8.45, presso il **Caffè OltreLago**, sarà disponibile una **colazione a buffet in riva al lago** al costo di 12 euro, anch'essa su prenotazione al numero **0332 977106**.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it