

Lunedì a tutto relax
**Trekking urbano
 nel Giorno
 della lentezza**

Lunedì prendiamocela comoda. È l'invito degli organizzatori della *Giornata della lentezza* che si celebra a Milano, e in Italia. Al motto di "rallentare quando possiamo, correre quando dobbiamo" è d'obbligo sposare la filosofia del viaggio lento, la riscoperta del piacere di camminare e di vedere. Un giorno di trekking urbano, insomma, che si snoda in vari appuntamenti. Eccone qualcuno: a San Babila tai chi in strada con Andrea Pedrini; finti vigili lenti che fermano chi supera il limite di velocità/felicità; Giorgio Reali, dell'Accademia del gioco dimenticato, sfida grandi e piccini con biglie, shangai e birilli. Alle 14.30 dal Parco di Trenno (parcheeggio Cascina Bellaria) passeggiata in città con l'associazione Sentierando. Al Centro Altrotempo pausa tisana e incontri di riflessologia (dalle 13.30, via C. Ferrini 11).

● Info sulle iniziative www.giornatadellalentezza.it



Il giorno della lentezza esportato anche a Tokyo

