

**Turismo** La disciplina orientale è il filo conduttore di un viaggio in tre Paesi

# Giro del mondo per fare yoga e meditare

Dalla foresta pluviale del Costa Rica fino a una spiaggia immensa in Vietnam, vicino a una città patrimonio Unesco. O, ancora, nel suggestivo Sri Lanka, dove corpo e mente si curano con l'Ayurveda e bagni di vapore



Il Tour Operator Evolution Travel ([www.evolutiontravel.it](http://www.evolutiontravel.it)) propone itinerari che abbinano yoga, natura, meditazione. Qui ve ne proponiamo tre. Uno è in Costa Rica e si snoda lungo la costa dell'Oceano Pacifico, in una zona che tutela il 5 per cento

della biodiversità del Pianeta. Si inizia con sessioni di yoga nel lodge Finca Luna Nueva, a La Fortuna, immerso nella foresta pluviale con centro benessere e percorsi escursionistici. Si prosegue per il Pranamar Villas & Yoga sulla penisola di Nicoya, un hotel

direttamente sulla spiaggia costruito in bambù, legno e pietra. Il viaggio riprende verso Sud fino a La Cusinga Lodge, dove si fa yoga in un centro che si affaccia sulla baia del Parco marino. Ultima tappa a Puerto Jiménez, per raggiungere in barca il

Playa Nicuesa Rainforest Lodge, immerso nella foresta pluviale, dove oltre alle sessioni di yoga si possono fare tour in kayak, escursioni nella foresta tropicale e snorkeling. Il soggiorno di 15 giorni/14 notti parte da 2.730 euro a persona. **V**

