

di Samantha Ghisla

Cosa proporre di nuovo e allettante ai turisti per attirarli a scoprire il territorio ticinese? Tra le classiche e consolidate offerte sportive, culturali e d'intrattenimento, si stanno timidamente facendo largo anche le iniziative di chi organizza vacanze di gruppo durante le quali praticare yoga. Se a taluni quest'attività potrebbe sembrare una moda, per altri è un vero e proprio stile di vita. Di sicuro, si tratta di una fonte di benessere psicofisico per tutti, che associata a escursioni e gastronomia tipica può lasciare un segno indelebile a chi è in visita nella nostra regione. Da noi contattati, Ticino Turismo e l'Organizzazione turistica regionale spiegano di non fare campagne mirate per questo genere di soggiorni: la promozione è lasciata in mano ai privati che gestiscono le singole iniziative. A venire in loro aiuto sono principalmente social media e siti specializzati, oppure il tradizionale passaparola. Ce lo racconta **Michela Montalbetti**, insegnante allo Yoga Roof Lugano e in alcuni studi di Zurigo, che organizza vacanze yoga in Ticino da circa tre anni. «In media ne ho tenute tre all'anno. Per il 2017, visto il successo, in collaborazione con la Casa Santo Stefano a Miglioglio, in Malcantone, ho già pianificato sette settimane di vacanze yoga abbinate a passeggiate nella natura».

Potenziale elevato

Michela, che organizza soggiorni di questo genere anche all'estero, è convinta che in Ticino il potenziale per le vacanze yoga sia elevato. «Insegnando anche a Zurigo, ho sempre clienti che si informano su dove andare a fare una mini vacanza yoga. Sicuramente è interessante anche offrire formule di un weekend lungo oppure pacchetti in cui sono comprese altre attività, come gite in montagna, stand up paddle board, racchette da neve o wellness», sottolinea la nostra interlocutrice. La giornata tipo consiste in una lezione mattutina seguita da un ricco brunch vegetariano. In seguito i partecipanti hanno la possibilità di fare una



L'insegnante Michela Montalbetti propone vacanze yoga a cui aderiscono in particolare svizzero tedeschi e germanici

gita sulle montagne del Malcantone e nel tardo pomeriggio viene proposta un'altra lezione di yoga più soft.

I partecipanti, aggiunge, provengono soprattutto da Svizzera tedesca e Germania: «Spesso si recano in Ticino con i mezzi pubblici. In tempi in cui prendere l'aereo è quasi diventata una banalità, tanti apprezzano il fatto di potersi spostare poco per poi essere in un ambiente

totalmente diverso, immersi nella natura e a contatto con la cultura ticinese». Fondamentale per la buona riuscita di queste iniziative è la struttura ricettiva in cui si organizza la vacanza. «Bisogna avere a disposizione una bella sala, con un pavimento in legno e priva di mobili. Un altro punto importante è l'alimentazione: spesso gli insegnanti di yoga preferiscono offrire una cucina vegetaria-

na e biologica». Oltre alla Casa Santo Stefano, specializzata da anni in seminari yoga, c'è qualche altra possibilità nel nostro cantone. Citiamo per esempio l'Eco-Hotel Cristallina a Coglio e la Casa Civetta ad Avegno, in Vallemaggia, oppure l'Hotel Panorama a Pugerna, nel Luganese. Anche il Bellinzonese e Valli si presta a questo genere di offerta. L'ostello di Curzùtt, sopra Monte Carasso, pro-

pone lo spazio idoneo per tali soggiorni. Lo stesso vale per l'Ostello dei Cappuccini a Faido, che proprio a fine luglio ha ospitato per alcuni giorni un corso intensivo di yoga e meditazione. L'energia dell'alta montagna non è da meno, basti pensare al weekend di yoga appena organizzato alla capanna Adula Utöe. Info su www.yogamich.ch e sulla pagina Facebook "Ticino Yoga Kula".