

#TUSCANYTOGETHER



RESTITUZIONE ELABORATI DEL 28.03

03 aprile 2025

TOSCANA
RINASCIMENTO SENZA FINE
visittuscany.com

"Riscoperta e crescita personale, connessione con sé stessi tramite nuovi stimoli e interazioni di qualità"

1. Target e Adeguatezza dell'Itinerario

- **Target:**

L'itinerario è progettato per un gruppo di **4-8 pax** (medio/piccolo gruppo), principalmente **stranieri** di **fascia medio-alta**, interessati al **mental wellness**. Questo target cerca esperienze che favoriscano la **crescita personale**, la **connessione interiore**, e l'**equilibrio psicofisico**, con un forte focus sulla **natura** e sulla **meditazione**.

- **Fascia di età:** Questo itinerario è adatto a persone adulte, con una particolare attenzione a chi cerca un'esperienza di **benessere mentale** a livello profondo. L'età ideale va dai **30 ai 60 anni**, poiché le attività proposte sono più adatte a persone mature, che desiderano un'esperienza di **benessere mentale**.
- **Interessi:** Il target è attratto da pratiche come **yoga, mindfulness, meditazione**, e **bagni di gong**, in combinazione con esperienze che li avvicinano alla natura e al territorio locale (come la raccolta di erbe, l'interazione con i cavalli).
- **Trasferimenti in van:** L'uso di **van privati** per i trasferimenti tra le varie tappe permette al gruppo di viaggiare in modo comodo e rilassato, creando un'atmosfera di tranquillità durante il viaggio. Questo mezzo di trasporto è ideale per il target, poiché garantisce comodità e flessibilità.

2. Tematiche e Esperienze

- **Mental Wellness:**

L'itinerario è ben strutturato attorno al concetto di **wellness mentale**. Le attività sono perfettamente pensate per favorire la **riflessione interiore** e il **rilassamento profondo**. Yoga, meditazione, bagni di gong e mindfulness sono esperienze che contribuiscono a ridurre lo stress e favorire la consapevolezza del corpo e della mente.

- **Interazione con la natura:** La connessione con la natura è enfatizzata attraverso esperienze come il **trekking**, la **raccolta di erbe e frutti di stagione**, la **passeggiata a cavallo**, e l'esplorazione di **parchi naturali** come il **Parco San Rossore**. Queste attività sono ideali per promuovere il benessere psicologico, poiché permettono ai partecipanti di staccarsi dalla frenesia quotidiana e immergersi in ambienti naturali e sereni.
- **Cibo sano e di qualità:** Le esperienze enogastronomiche (come la **cooking class**, la **degustazione di vini** e il **cibo a km 0**) sono pensate per integrarsi con il tema del wellness. Il cibo è una componente fondamentale per il benessere mentale, e l'approccio "bio" e "a km 0" promuove una dieta sana che aiuta a migliorare l'umore e l'energia.

- **Approccio integrato alla sostenibilità:**

Il focus sul **cibo biologico**, l'interazione con la natura e il supporto alle **attività locali** (come la visita al **parco di San Rossore** o il laboratorio di **apicoltura**) si allinea perfettamente con i principi di sostenibilità. Il **benessere mentale** e la **sostenibilità** sono strettamente legati in questo itinerario, contribuendo a un'esperienza olistica.

3. Logistica e Trasporti

- **Trasporti:**

L'itinerario prevede **trasferimenti in van** per tutte le tappe, il che consente al gruppo di viaggiare comodamente e senza preoccupazioni logistiche tra le varie destinazioni. L'utilizzo del **van** permette anche di adattarsi facilmente alle esigenze del gruppo, che include famiglie o persone con difficoltà motorie.

4. Durata e Struttura dell'Itinerario

- **Durata:**
Con una **durata di 12 giorni**, l'itinerario è ben progettato per permettere ai partecipanti di esplorare e vivere a pieno la Toscana, con il giusto equilibrio tra attività e momenti di relax.
- **Struttura:**
La distribuzione delle attività è ben bilanciata, con giorni di cammino, esplorazione della natura, e **esperienze di benessere mentale** (come yoga, meditazione, bagni di gong) alternati a momenti di **relax** e attività culturali. Ogni giornata prevede esperienze che stimolano il corpo, la mente e il cuore, consentendo ai partecipanti di riconnettersi con se stessi e con il territorio.
 - **Momenti di relax:** La piscina e i soggiorni in **ville e fattorie** offrono ottimi spazi per il relax e per l'interazione informale tra i partecipanti. La visita a **terme** come quelle di **San Giuliano Terme** è un'opportunità perfetta per rigenerarsi.
 - **Esperienze pratiche:** L'interazione con i cavalli, la **raccolta di erbe e frutti**, e l'esperienza enogastronomica (come la cooking class) sono attività pratiche che coinvolgono il gruppo in modo attivo, stimolando la consapevolezza e la connessione con il territorio.
-

5. Considerazioni Generali

- **Adattabilità:**
L'itinerario è altamente adattabile, con attività che possono essere modificate in base alle esigenze specifiche dei partecipanti. La varietà delle esperienze permette di soddisfare diversi gusti e livelli di energia (dal trekking leggero al relax totale durante le meditazioni).
- **Accessibilità e Comfort:**
La scelta di strutture come **agriturismi** e **ville con piscina** è perfetta per garantire il massimo comfort e un'atmosfera di tranquillità. I soggiorni in strutture immerse nella natura contribuiscono al **benessere mentale** dei partecipanti.
- **Esperienza immersiva e olistica:**
L'itinerario promuove un'esperienza integrata, dove il **benessere mentale** è strettamente legato alla **natura** e alla **cultura locale**. Ogni attività è pensata per stimolare i partecipanti a essere presenti nel momento e a immergersi completamente nell'esperienza.

6. Potenziali Miglioramenti

- **Maggiore personalizzazione:**
Potrebbe essere utile includere ulteriori attività personalizzabili in base alle esigenze psicologiche dei partecipanti (ad esempio, sessioni individuali di yoga o meditazione).
- **Flessibilità per i momenti liberi:**
Sebbene l'itinerario offra ampi momenti di relax, potrebbe essere utile includere più opzioni di **attività opzionali** durante i pomeriggi liberi, come sessioni di yoga private o trattamenti wellness aggiuntivi per chi cerca un'esperienza ancora più immersiva.

7. Conclusione

L'itinerario "**Riscoperta e Crescita Personale, connessione con sé stessi tramite nuovi stimoli e interazioni di qualità**" è ben progettato per attrarre viaggiatori medio-alto spendenti che cercano un'esperienza di **benessere mentale** profondo. La combinazione di **attività fisiche leggere** (come trekking e passeggiate a cavallo) e **esperienze di rilassamento profondo** (come yoga, meditazione e bagni di gong) consente ai partecipanti di riconnettersi con sé stessi e con la natura. Le esperienze gastronomiche e l'interazione con la cultura locale, combinate con la sostenibilità, rendono questo itinerario un'ottima proposta per chi cerca rigenerazione fisica e mentale in un contesto naturale e autentico.

#TUSCANYTOGETHER



Grazie per l'attenzione

TOSCANA
RINASCIMENTO SENZA FINE
visittuscany.com