

LUONTORETKIKOHTENA

# MUSTIKKAMA

Sparkling Forest

# Luontoretki Mustikkamaalle



## KOHDE

Mustikkamaa on mielenkiintoinen ja kaunis luontokohde helppojen julkisten yhteyksien päässä Helsingin Kalasataman ja Kulosaaren naapurissa. Retki alkaa Isoisänsillallata osoitteesta Capellan puistotie 2  
Mustikkamaan retki toteutetaan ympäri vuoden



## RYHMÄ

Ryhmä koko min 5 henkilöä ja maksimissaan 10 henkilöä.



## HINTA JA SISÄLTÖ

Opastettu luontoretki kestää 2-4 tuntia ja sen hinta on lisäpalveluista riippuen 30-110 euroa/henkilö. Retken aikana tutustutaan Mustikkamaahan luontokohteena, kerrotaan alueen historiasta ja tulevaisuuden näkymistä. Retkeen on yhdistettävissä lisäpalveluita.

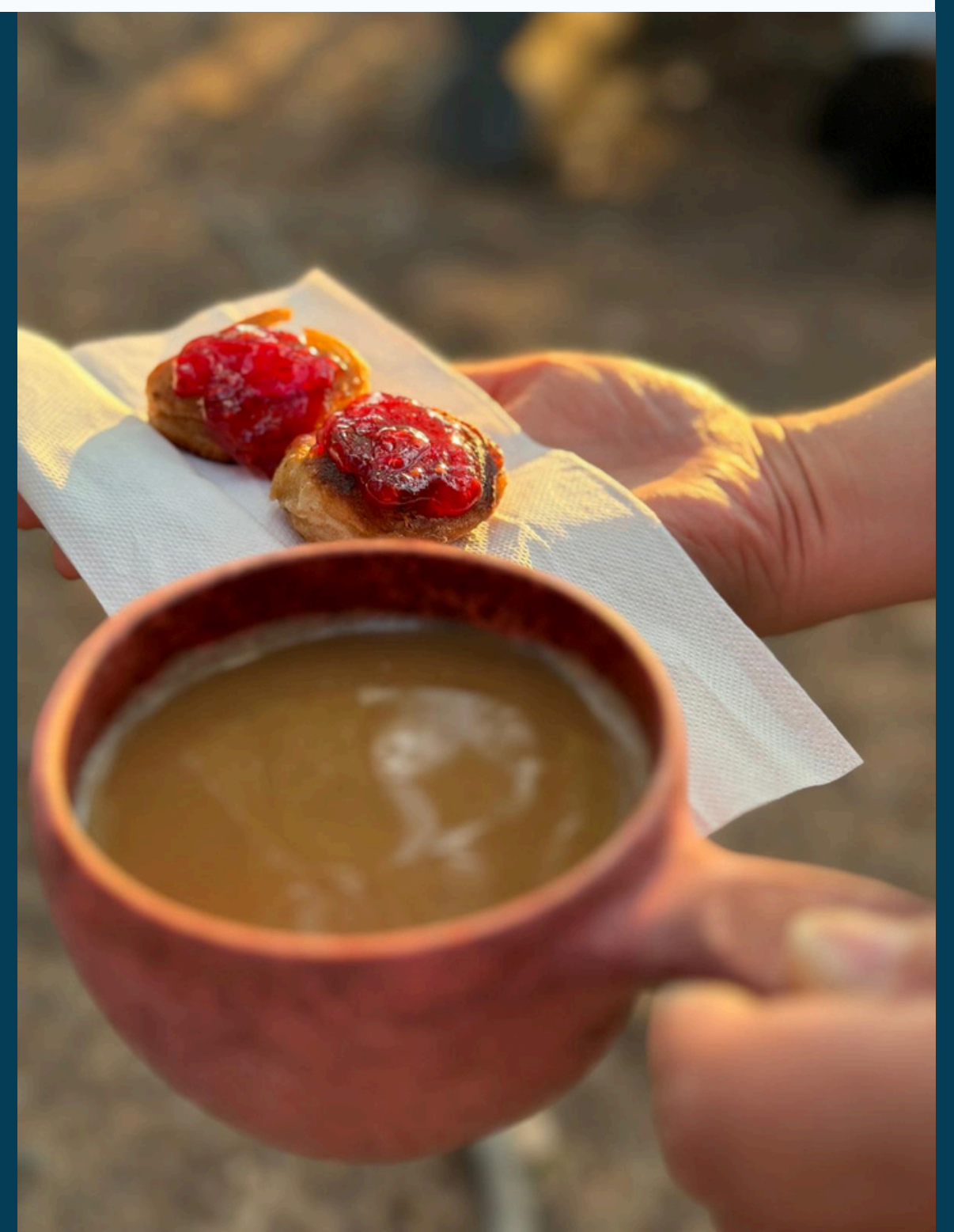
# Lisäpalveluilla hyvinvointia

## LUONTOJOOGAA

Retkeen voidaan yhdistää luontojoogaharjoitus. Harjoitus sopii kaikille eikä vaadi mukaanotettavia varusteita. Luontojoogan aikana tehdään turvallisia liikkeitä omaa kehoa kuunnellen.

## RUOKAILU LUONNONHELMASSA

Retkeen voidaan yhdistää lounas tai illallistarjoilu luonnonhelmassa tai vaihtoehtoisesti laadukkaat retkievääät.



# Kuka olen

TIINA SEPPÄLÄ

VARAUKSET JA LISÄTIEDOT  
050 506 1919  
TIINA@SPARKLINGWAYS.FI



Erä- ja luonto-opas



Luontojoogaohjaaja



Luontovalmentaja