

Misano capitale del benessere, evento nel weekend dedicato alla salute e all'armonia del corpo

Eventi - 10 maggio 2018 - 16:07



Questo fine settimana Misano Adriatico sarà la capitale del benessere con un evento che prevede due giorni, sabato e domenica, interamente dedicati alla salute e all'armonia di corpo e mente.

Dalle 10 alle 20 in via della Repubblica si terrà la mostra mercato dedicata ai prodotti naturali e di erboristeria, artigianato naturale e biologico.

Le attività avranno inizio sabato 12 maggio alle ore 10 in piazza della Repubblica con una lezione di Ananda Yoga, disciplina dedicata a creare armonia tra corpo, mente e anima, tenuta da Cristina Ruozi del centro Ananda Yoga Ahimsa di San Giovanni in Marignano, che si ripeterà anche alle ore 19 nella spiaggia libera fronte piazzale Roma.

Dalle 14 alle 20 in piazza della Repubblica si terrà un laboratorio di pittura emozionale per adulti e bambini "Emozioni a colori", un percorso di ricerca interiore collegato alle tecniche pittoriche, realizzato dalla dottoressa Bertaccini dell'associazione My Way.

Dalle 16 alle 18 la sezione Judo della Polisportiva Comunale di Riccione terrà una dimostrazione e lezione aperta di questa tradizionale arte marziale giapponese, divenuta disciplina olimpica dal 1964.

In piazzale Roma a partire dalle ore 18, sotto la guida di Stefano Muccioli le magiche vibrazioni delle campane tibetano porteranno ad un arricchimento personale alla scoperta di mondi e di modi nuovi di esplorare le proprie emozioni. La lezione sarà riproposta anche domenica alle ore 19 in piazza della Repubblica.

Domenica 13 maggio in piazzale Roma a partire dalle ore 10 adulti e bambini potranno provare una lezione di Danzaterapia, a cura della Danzaterapeuta Ilaria Chiara Maggio del Centro Internacional de Dancaterapia metodo Maria Fux. Un lavoro creativo che ottiene cambiamenti nelle persone attraverso il risveglio del proprio movimento naturale stimolando le potenzialità che ognuno possiede. Un'esperienza che porta ad aprirsi ad un ascolto autentico di sé stessi, del proprio respiro, del ritmo del proprio cuore, dei movimenti, del modo di osservare e partecipare al mondo che abbiamo attorno e di relazionarsi con l'altro. Danzare per essere sé

stessi e comunicare la propria espressività sciogliendo tensioni fisiche, emotive, psicologiche. Una danza che rigenera, trasforma, che permette di dire "Sì posso". Dalle 10 alle 10.30 e dalle 10.30 alle 11 si terranno due lezioni per bambini a partire dai 6 anni. Dalle 11 alle 12 lezione per adulti.

In Piazza della Repubblica a partire dalle ore 16 il maestro Sifu Mirco Ferri della scuola Il Centro terrà una dimostrazione e lezione aperta di WING TZUN, arte marziale sviluppata in Cina più di 250 anni fa. Wing Tzung è il sistema di autodifesa più stretto mai inventato da esseri umani, perché non è basato su forza fisica o abilità acrobatiche e per questo permette a tutti di potersi difendere, insegnando ad usare la forza dell'avversario e rivolgerla contro di lui. Da non perdere inoltre la possibilità di provare una lezione di Pilates al tramonto, sulla spiaggia libera presso piazzale Roma, a cura dell' Insegnante Eleonora Magi.

Tutte le lezioni aperte sono gratuite, non è necessaria la prenotazione. Si consiglia di portare tappetino e/o telo mare e abbigliamento comodo.

Dalle 16 alle 19 appuntamento in piazza della Repubblica con alcuni specialisti del settore alimentazione, natura e benessere: alle ore 16, consigli di educazione alimentare "Coloriamoci a tavola", come prepararsi all'arrivo dell'estate con una sana e corretta alimentazione, a cura della dott.ssa Enrica Zaffini, Biologa e Nutrizionista. Alle ore 17 Gianluca Fattorini, Operatore Olistico, darà alcuni consigli per ritrovare benessere ed equilibrio psicofisico in modo naturale e vivere con meno malattie, con la presentazione dell'innovativo metodo olistico Quick Cell Detox. Ultimo appuntamento alle ore 18 dedicato alle Medicine complementari o alternative, a cura del dott. Osvaldo Semprini, su come affrontare i disturbi più comuni con trattamenti di agopuntura su piede, orecchio e i meridiani.

Sul palco di piazza della Repubblica alle ore 21 spettacolo di chiusura unica nel suo genere, durante la quale la sabbia prende vita e si trasforma in una storia a tempo di musica, a cura del maestro fumettista e disegnatore Mauro Masi e del maestro di musica e cantante Nazario Borghi.

Durante i due giorni della manifestazione, dalle 10 alle 18 sarà possibile rilassarsi a bordo della Azzurra Alisea, tradizionale barca a vela romagnola, che effettuerà una minitraversata con partenza da Portoverde fino a parco naturale del Monte di San Bartolo, al costo di Euro 20 a persona