



abruzzoweb.it

## **ALIMENTAZIONE E BENESSERE: ALL'AQUILA EXPO WELLNESS NEL WEEKEND**

L'AQUILA - Due giorni dedicati al fitness, al wellness, all'estetica, allo sport, ma anche al food e alla riabilitazione.

È l'Expo Wellness, in programma sabato e domenica all'hotel Canadian dell'Aquila.

Organizzata da Marcello Di Giacomo, la kermesse, con decine di stand e di eventi direttamente fruibili dal pubblico con ingresso gratuito, si apre sabato alle 10.

Tutto il giorno fino alle 18 si alterneranno corsi e lezioni gratuite con le più importanti palestre aquilane dalla Ginnastica artistica, Tonificazione, Body Vive, Yoga, Functional Training, Zumba, Body Pump, Crossfit, Calistenics, Pole dance, Acqua Dynamic, Grit/combact, Pilates, Aerobica, c'è di tutto per tutti, il pubblico potrà scegliere e approcciarsi a qualsiasi disciplina.

Si replica domenica, dalle 10 alle 18.

Un importantissimo spazio è dedicato ai workshop e ai convegni con un programma che prevede sabato alle 10,00 "Il benessere naturale in ottica energetica, con il naturopata Luca Colombo, alle ore 11,00 si parla di "Medicina Ortomolecolare, chirurgia robotica e staminali" con il professor Adolfo Panfilì, specialista in medicina ortomolecolare, alle ore 12,00 si prosegue parlando di "Inquinamento psicologico" con Francesca Del Nero della school for Dreamers.

Alle 14,30 Pier Maria Biavia, medico oncologo e ricercatore, parlerà della "Riprogrammazione cellulare e le nuove terapie anti-age", alle 15,30 Giulia Vinciguera, docente di Scienze motorie all'Università dell'Aquila parlerà di "Benessere attraverso attività motoria e sport", un'ora dopo il suo collega Antonio Di Giulio affronterà il tema del "Corretto equilibrio tra alimentazione ed esercizio fisico".

Chiuderà la giornata di sabato, alle 17,30, con il convegno "Pillole di motivazione" il mister dell'Aquila calcio Pierfrancesco Battistini.

Domenica 21 alle ore 17,00 il professor Lamberto Formiconi terrà l'incontro "La cosmesi naturale alla luce delle nuove scoperte scientifiche".

Inoltre grazie alla collaborazione con la il Dipartimento di Scienze cliniche applicate e Biotecnologiche dell'Università dell'Aquila gli studenti avranno due crediti formativi (Cfu).

Vi sarà la possibilità, grazie alla presenza e alla collaborazione con i volontari delle Misericordie di sottoporsi a screening gratuiti per la valutazione della pressione arteriosa, peso, frequenza cardiaca, e saturazione dell'ossigeno.

Partner dell'evento l'associazione Italia Arbitri sezione dell'Aquila, la Gran Sasso Acqua, la scuola di

cucina Quanto Basta e il ristorante Be Vegan che allestiranno un'area per il pranzo con un menù ricco e dedicato al benessere. Conclusione in bellezza domenica 21 con la finale regionale di Miss Mondo "Abruzzo".

19 Maggio 2017 - 10:14