



Offerta parco di Villa Margherita Treviso - occasione meditazione Natura treviso



Mappa

La salute è in movimento! Abbiamo portato il Nordic Walking a Treviso; ora stiamo innovando il mondo del fitness, con le proposte di ginnastica posturale della palestra Strada Facendo Indoor. L'associazione sportiva dilettantistica Strada Facendo nasce a Treviso nel 2006, inizialmente come scuola di Nordic Walking. Nel 2012 il costante successo nelle attività per il benessere psico-fisico della persona, ci ha spinti ad aprire la palestra Strada Facendo Indoor. Oggi STRADA FACENDO è una tra le più note associazioni sportive nel trevigiano, molto attiva nel promuovere la cultura del benessere tramite discipline motorie e svariate iniziative di informazione e sensibilizzazione sullo sport, sull'alimentazione corretta, sulla postura ideale e sulla salute in generale, anche in partnership con associazioni ed enti locali. Tra le collaborazioni più prestigiose, STRADA FACENDO ha ricevuto incarico dalla Ulss 2 di organizzare i gruppi di cammino a Treviso e provincia.

Descrizione

Sabato 11 maggio 2019 ore 15-18 NOVITA': evento in natura al Parco di Villa Margherita a Treviso. Con una meditazione finale! Parco di Villa Margherita (ritrovo al parcheggio di Villa Manfrin al bivio con via Ghirlanda) (In caso di pioggia: Palestra Strada Facendo Indoor) Ogni stagione porta con sé caratteristiche ben precise, a cui il nostro corpo deve adattarsi: per agevolarlo in questi passaggi è possibile focalizzare l'attenzione sull'elemento che, secondo la Medicina Tradizionale Cinese, caratterizza il periodo. Grazie allo Stretching energetico dei meridiani è possibile armonizzare mente e corpo all'elemento che domina la stagione. Durante la lezione teorico-pratica approfondiremo le qualità dell'elemento osservandole nel nostro corpo e applicheremo esercizi fisici creati appositamente per stimolare l'equilibrio in armonia con la stagione e in corso. *** 3° incontro: SABATO 11 MAGGIO ore 15-18 L'ESTATE E L'ELEMENTO FUOCO PRIMARIO E FUOCO MINISTRO Alcune caratteristiche di questo elemento: - Orario di attività dell'elemento: 11:00-15:00 - Stagione: Estate - Punto cardinale: Sud - Gusto: Amaro - Odore: Bruciato - Senso: Tatto - Tessuti: Sangue e Vasi sanguigni - Voce: Allegra - Agente e sterno: Caldo - Colore: Rosso - Emozioni: Gioia, Allegria *** Al termine, ci sarà una meditazione in connessione con la natura per stimolare il contatto con il cuore, in armonia con l'elemento fuoco. *** ISCRIZIONE ENTRO MARTEDÌ 7 MAGGIO Massimo 25 partecipanti. Vale l'ordine di iscrizione. PROGRAMMA E ISCRIZIONI: <https://stradafacendotreviso.it/events/estate-fuoco-workshop-stretching-energetico-dei-meridiani/> Attività per soci ASD Strada Facendo Indoor

Contatti

A.S.D. STRADA FACENDO

Tel. 0422 1742081

<http://www.stradafacendotreviso.it>

V. Tommaso Salsa 2 A, Treviso, 31100 www.sihappy.it

Nessun orario indicato
