ABRUZZO SERA
www.abruzzosera.it

L’Aquila Rinasce con lo sport: sabato 16 “L’Energia del benessere”, alla villa comunale sport, laboratori, mostre

14 Settembre 2023



L’Associazione sportiva **Tao Art** è lieta di presentare la prima edizione de “L’Energia del Benessere” che si terrà nella Villa Comunale il 16 settembre dalle ore 12.00 alle ore 19.30. La manifestazione gode del patrocinio del Comune e dell’Università dell’Aquila e rientra nel cartellone “L’Aquila rinasce con lo sport”

Una giornata per celebrare la fine dell’estate e prepararsi ad affrontare l’autunno con l’idea attiva di rigenerare energia e benessere per sé e nelle relazioni con gli altri. La manifestazione è ricca di proposte aperte a tutti: adulti, ragazzi e bambini ed è possibile partecipare alle lezioni, ai laboratori e a tutte le esperienze culturali che sono in programma.

Sport– prova aperta la libera partecipazione alla pratica del TaiJi Quan, Qi Gong e del Kung Fu della scuola Arti Marziali Tao Art della M° Isabella Nardis. Queste discipline sono adatte a tutte le fasce d’età per una buona crescita e per il benessere fisico e mentale. Prova di Pilates a cura della scuola

Dance Accademy con Assunta Mariani, come esperienza di movimento per l'ottimale mantenimento del corpo nel ritmo delle sue funzioni. Efficace veicolo di sviluppo cognitivo, emotivo e sociale attraverso gli scacchi con Ottavio Luigini dell'Associazione sportiva Scacchi AQ.

Laboratori-Nella sezione laboratori ci si potrà sperimentare con "Carta e inchiostro" nell'officina della Poesia con Paola D'Onofrio e i suoi sentieri di scrittura creativa e terapeutica. Con Fabrizio D'Eramo si potrà entrare nell'affascinante mondo della cera e personalizzare la propria candela artistica in un laboratorio dedicato. A scuola con Ming Ling di Elena Vanni si andrà alla scoperta della lingua cinese ed assistere alla presentazione del suo libro in inglese. Francesca Acitelli e Manuela Del Beato del Teatro Dedalus condurranno i bambini nel magico mondo delle fiabe attraverso racconti e personaggi fantatici.

Mostre– Anche l'Arte avrà un suo spazio con una mostra di pittura dal titolo "L'uomo universo" dell'artista Massimo Piunti dedicata a Jorge Carrera Andrade. L'Arte come forma originaria dell'espressione dell'uomo che ha nella sua pratica aspetti salutari. Per gli amanti del misterioso mondo dei bonsai saranno in mostra le creazioni a cura dell'Associazione BonsaiAq. Infine si potranno ammirare nella loro bellezza le candele di Art House Candle di Fabrizio D'Eramo.

Cultura- Incontri e chiacchierate culturali per la diffusione e l'informazione di buone pratiche rivolte all''ambiente e alla crescita personale sono gli elementi per ricostituire una comunità pacifica e sensibile al rispetto del proprio ecosistema. Con il contributo di Michela Cialone- Università UNIVAQ, Valentina Celestini- nutrizionista, Giada Santoro- Leadership coach, Ottavio Luigini- Scacchi, Sefora Inzaghi- Riserva naturale Oasi WWF Gole del Sagittario, Virginia Mattei- Osteopata.

Un'esperienza da provare sarà il Bagno sonoro e Vibrazioni in concerto/meditazione con Luca Natali.

La giornata si concluderà con la partecipazione di tutti i presenti con la realizzazione di un grande Mandala realizzato con semi di vari colori come espressione di Land-Art a cura di Manuela Del Beato dell'Ass. Dedalus, accompagnata dai suoni dell'Handpan, strumento capace di creare atmosfere sonore da sogno, uniche e introspettive.