

Il benessere attraverso l'arte del movimento

Pubblicato: Domenica 11 Settembre 2005

✖ Armonia del corpo e della mente, benessere e riscoperta della propria sensualità. Questi i benefici della danza del ventre, antica disciplina che le donne di qualsiasi età e corporatura potranno riscoprire grazie ai corsi che Ileana Maccari organizza anche per quest'anno sul nostro territorio. Le lezioni, di vari livelli, si terranno in diverse scuole di danza, centri benessere e palestre. A Varese nei giorni di martedì, mercoledì, giovedì e venerdì in diverse fasce orarie del mattino, del pomeriggio, della sera e durante la pausa pranzo. A Brebbia le lezioni sono previste per il lunedì, a Luino e a Carnago il martedì. Sono in via di definizione altri corsi nei dintorni di Varese, in particolare a Gazzada, Malnate, Veduggio Olona e a Lainate. « La danza del ventre è una delle forme più antiche di espressione artistica – spiega Ileana Maccari – I suoi movimenti sensuali ed eleganti esprimono lo scorrere dell'energia vitale. Numerosi sono inoltre i benefici che questa antica disciplina procura a chi vi si accosta, sia per il corpo, sia per la mente». Per le modalità di partecipazione e i costi dei corsi è possibile contattare il 347/8744510. La prima lezione di prova sarà gratuita.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it