VareseNews

Body Dream festeggia il primo compleanno regalando a tutti un giorno di benessere

Pubblicato: Mercoledì 10 Marzo 2010

Domenica 14 marzo, ad un anno dall'apertura, Body Dream festeggia il suo primo compleanno con un primaverile open day. **Dalle 9 alle 18, chiunque, dopo essersi prenotato allo 0332.458571**, potrà decidere se scoprire il mondo e la filosofia orientale, regalarsi un trattamento di bellezza oppure trascorrere un'intera giornata all'insegna del fitness e del benessere.

La mattina, infatti, e poi il pomeriggio, uno staff competente e preparato guiderà curiosi e appassionati **nel mondo dell'ayurveda.** L'affascinante Paolo racconterà le sue esperienze in India e, aiutato da coloratissime diapositive, spiegherà i principi di questa medicina antica, oggi più che mai sorprendente e attuale. Carol e il suo team continueranno l'approfondimento dedicando a chi lo desideri **mini trattamenti e check gratuiti**. Infine ci saranno **sessioni di meditazione, di yoga e di tai chi chuan**, e nel tardo pomeriggio una lezione di **danza orientale** con la maestra Gazelle.

Nella sala Energy di Body Dream, invece, troveranno posto tutti coloro che vorranno saltare, ballare, fare fitness a tempo di musica. Un'intensissima lezione di tonificazione con Ivano, alle 10.00, e lezioni di aereo latino, di **total body e di kick boxing** il pomeriggio.

Avete mai provato l'ebrezza di sollevare un bilanciere o di scolpire i vostri muscoli seguiti da un personal trainer? Domenica 14 marzo Body Dream, per tutto il giorno, vi darà la possibilità di conoscere questo mondo più da vicino. Senza dimenticare **le più moderne metodiche alimentari**, dedicate a chi vuole rimettersi in forma oppure avere più energia nella pratica sportiva. Body Dream infatti è il primo punto di assistenza Dieta Gift a Varese e sarà proprio la dott.ssa Nadya Corazza a svelarvi i principi e i segreti di questo innovativo modo di nutrirsi.

Infine, **un'accogliente e silenziosa SPA**, vi coccolerà con calore, incensi e trattamenti estetici.

Qualsiasi informazione in merito può essere chiesta allo 0332.458571 oppure scrivendo a bodydream09@gmail.com

Body Dream Palestra – Corsi – Estetica e Spa

via Giovanni XXIII, 2 – 21020 Buguggiate (Va)
tel. 0332 458 571 – bodydream09@gmail.com

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it