

A Besozzo un weekend di benessere

Pubblicato: Venerdì 6 Ottobre 2023



L'Amministrazione comunale di Besozzo in collaborazione con le realtà sportive e di benessere che operano sul territorio prosegue nel programma della Settimana Europea dello Sport.

Dal 01 settembre al 15 ottobre 2023 Besozzo insieme con altre realtà locali, con atleti, appassionati, esperti e associazioni sportive di tutta Europa si riunisce idealmente per essere parte di un movimento che promuove la salute, la vitalità.

Sabato 07 ottobre gli esterni del Palazzo comunale si apriranno al benessere.

Dalle ore 09.00 alle ore 10.30 circa Ganesha belly's con Antonella Desantis ed Erica Tagnocchetti propongono, nello scenario dei giardini del Palazzo comunale, un momento di yoga, in un connubio con la musica, una pratica di hatha yoga accompagnata dal suono delle campane di cristallo. L'intento di questo incontro è di far conoscere il suono nello yoga – interviene Antonella Desantis – come miglioramento nell'ascolto di sé stessi. Perché ciò che è dentro si rifletta fuori." **Ingresso libero.**

Alle 17.00 il cortile interno ospiterà **"Diversidade"**, una performance sperimentale di danza-teatro nata dai laboratori di danza espressiva rivolti alla comunità. Le 14 partecipanti a questo progetto sono tutte donne di diverse età e molte di loro al primo approccio con la danza e con il palcoscenico.

"L'obiettivo principale è stato quello di usare la danza – commenta Ines Domenichini regista e coreografa della performance- come strumento creativo e inclusivo per comunicare, per conoscersi e per recuperare quel profondo valore sociale che la danza ha sempre trasmesso". **Ingresso libero.**

Con le Danzatrici: Nicoletta Ascoli, Paola Buzio, Roberta Cantù, Roberta Codarin, Liliana Crugnola,

Mariateresa Garghetti, Elena Gervasini, Gigliola Gigli, Sonja Laya, Priska Lemoine, Daniela Lobão, Veronica Mirto, Caterina Santoro, Elisa Zaninoni e la collaborazione del duo teatrale L'UNA L'ALTRA Annamaria Rizzato – Antonella Tranquilli.

DonnaSicura e Andos Comitato Varese Sez. Ispra saranno presenti all'evento per tenere accesi i fari su temi, quello della violenza sulle donne e del tumore al seno, attraverso un percorso di sensibilizzazione e di prevenzione costante e perdurante nel tempo.

A completamento della stessa giornata di BEN-ESSERE, il Comune di Besozzo ed il Comune di Cocquio Trevisago insieme alla Provincia di Varese **con la cittadinanza potrà ritrovarsi dalle ore 11.00 per la prima escursione collettiva sulla nuova tratta Pista ciclopedonale.**

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it