

## VareseNews

### Serata benessere al Bosco delle Campanelle

**Pubblicato:** Lunedì 7 Maggio 2018



Nell'ambito della [festa del paese di Buguggiate](#) la serata benessere è un momento particolarmente atteso.

Quest'anno si terrà **giovedì 10 maggio** presso il "Bosco delle Campanella" in via Puccini 42 a Buguggiate.

Ogni anno gli organizzatori della festa scelgono discipline differenti, questa volta **l'insegnante di yoga Cristina Forte** invita a partecipare alla serata benessere con una lezione di **Yin yoga** una nuova disciplina orientale. (20:15 lo Yin yoga e alle 21:30 ad ognuno il suo fiore di Bach).

Lo Yin yoga unisce la tradizione più classica dello Yoga e le intuizioni della medicina tradizionale cinese, una pratica profonda che dona un grande senso di benessere alla mente e al corpo .

A seguire un **Tisana Time** con una bevanda a base di limone e zenzero offerta dal baretto di Carola. La seconda parte della serata sarà invece con la floriterapista Carola Minazzi che offrirà una consulenza floriterapica suggerendo i fiori di Bach più adatti a migliorare la vita di chi chiede una consulenza.

**Partecipazione ad offerta libera: il denaro raccolto verrà devoluto ad Africa&Sport.**

[Redazione VareseNews](#)

[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)