

Spazio 43, tempo per te

Pubblicato: Venerdì 25 Maggio 2018



Un portone marrone, e dietro, varcandolo, un piccolo mondo. Quello di **Spazio 43**, la neonata **associazione sportiva dilettantistica e culturale** che **al civico 43 di via Piave a Fagnano Olona** accoglie i suoi soci in un **ambiente familiare ed accogliente**.

“**Spazio 43, tempo per te**, è il cuore del nostro progetto – spiegano le ideatrici, **Maria Elena e Antonella Catelli** – abbiamo voluto fondare un’associazione dedicata principalmente alla **pratica dello yoga** ma anche all’**esercizio fisico** con corsi mirati di **pilates, nia e body tone**. Corsi che comprendono diverse forme di applicazione: e così il ritmo e la danza si integrano armoniosamente alle tecniche millenarie di asana e meditazione, esplorando anche l’antica disciplina di origine giapponese, il Reiki, la naturopatia, la riflessologia plantare. E le energie si espandono. Abbiamo infatti tante idee che nei prossimi mesi si moltiplicheranno”.

Spazio 43 unisce **tradizione e voglia di portare novità e leggerezza** in un paese a cui le socie fondatrici sono legate da sempre. La “**Casa dei Giani**” è nel cuore del paese, in una corte lombarda che è una specie di scrigno, un luogo raccolto e aperto allo stesso tempo. Lì, da fine 800, si trovava la falegnameria di bisnonno Antonio, e poi dagli anni '60 la tessitura dei nonni Giuseppe e Lena. La storia manifatturiera ed artigianale non poteva andare dispersa: yoga e pilates si intessono in questo racconto che affonda in tempi remoti, e che l’associazione vuole continuare, dopo aver compiuto una ristrutturazione profonda, ma rispettosa dello spazio.

Spazio 43 nasce insomma dalla **volontà di condividere e diffondere benessere fisico, mentale ed energetico** in modo semplice e flessibile.

I **corsi di yoga**, – integrale, hatha, vinyasa, ratna fino ad ashtanga – si adattano a **tutti i livelli**, principianti, intermedi ed avanzati, tenuti da insegnanti qualificati ed appassionati, in continua formazione e provenienti da esperienze diverse. Con formule flessibili, appunto, venendo incontro alle esigenze dei frequentatori soci dell’associazione. E’ infatti possibile prenotare classi personalizzate, in base ad orari richiesti anche non presenti nel planning settimanale.

“In quest’ottica rientra il nostro progetto – continuano le sorelle Catelli – Spazio 43 è e sarà un **luogo radicato nel paese e nella comunità**. Che si apre a **tutte le fasce d’età**: dai bambini, con collaborazioni con istituti scolastici statali e privati utilizzando il **metodo Balyayoga®** (formazione specifica dell’insegnante) alle ragazze e ai ragazzi della terza età, con corsi dolci ed efficaci per restare in forma in compagnia, frequentando un luogo tranquillo e che infonde serenità. Il valore aggiunto di Spazio43 è anche un bel **giardino, dove** dal prossimo anno **si praticherà yoga** all’aria aperta per beneficiare di tutti gli elementi della natura. Senza dimenticare **Walking Yoga**, in cammino e sul tappetino”.

Spazio 43 è anche **associazione culturale**: si organizzano conferenze, incontri culturali e incentrati su stili di vita, alimentazione, psicologia legata alle discipline olistiche, presentazioni di libri, ad ingresso gratuito. Un salottino con divani e tavolo tisane permette di rilassarsi a tutte le ore, con una libreria e **angolo bookcrossing**.

ASD Spazio 43

Via Piave 43, Fagnano Olona

info@spazio43.it

www.spazio43.it

di Ufficio pubblicità