

## LA BODYFLY ZONE ALLA FIERA DELLA SALUTE E DEL BENESSERE

*Alla seconda edizione del NaturalEXPO di Forlì quest'anno sarà presente la BodyFly ZONE*

Una grande occasione per gli operatori del settore per entrare in diretto contatto con il mondo della Salute e del Benessere in chiave olistica. BodyFly, divenuto ormai un MUST per gli addetti ai lavori, a Forlì si propone come efficace strumento di fidelizzazione e coinvolgimento del cliente, attraverso l'impiego di un protocollo di lavoro valido e sicuro per raggiungere significativi risultati in termini di dimagrimento, di riequilibrio muscolare ma soprattutto di benessere mentale.

Un invito rivolto a tutti per verificare i benefici e gli effetti positivi della disciplina più richiesta del momento mediante un percorso guidato dall'ideatore M° Gennaro Setola, che riprende i 5 elementi della medicina tradizionale cinese, assemblandoli in una esperienza emozionale che vede il corpo quale unico strumento di interazione per lo sviluppo di processi evolutivi.

Ai 5 elementi, infatti corrispondono altrettanti schemi di training ben identificati nelle 5 aree BodyFly. Con il Metallo si privilegia la fase di consapevolezza e di rilassamento focalizzando l'attenzione sul respiro profondo; con il Fuoco ci si concentra sull'armonia e sulle catene muscolari; con il legno sull'equilibrio e sugli appoggi monopodalici; l'obiettivo è puntato sul percezione del Core (addominali e lombo-sacrale) con l'elemento Terra; con la fase Acqua, si apprendono movimenti fluidi che racchiudono tecniche e principi acquisiti nei quattro precedenti elementi.

Una particolare attenzione sarà dedicata quindi proprio all'ascolto e alla comunicazione con se stessi e con gli altri. Il proprio respiro, la percezione di noi stessi, il muoversi nello spazio e l'aspetto relazionale ed esperienziale faranno da guida tematica a tutti coloro che interagiranno con noi.

Da qui lo slogan "il benessere a portata di mano" concetto che riassume questo percorso, non più solo introspettivo, ma di scoperta verso ciò che ci circonda.

In piena sintonia con lo spirito nel NaturalEXPO la disciplina del BodyFly si propone di dare testimonianza in modo rilassante ed energetico di come sia importante prendere una pausa per la ricerca dell'armonia perduta, per immergersi in un ambiente che sarà di per sé un'esperienza di benessere.

Vi aspettiamo.

*de Feo Francesco Maria*  
*Brand Awareness BodyFly*  
*[www.bodyfly.com](http://www.bodyfly.com)*