

IVG

A Finale torna “La Fortezza del Benessere”: “Frutto di una forte sinergia organizzativa”

di **Redazione**

13 Giugno 2019 - 9:00



Finale L. A Finalborgo, nell’incantevole cornice del “**Forte San Giovanni**”, fervono i preparativi per il ritorno di un evento unico ed imperdibile: “**La Fortezza del Benessere**”. Una tre giorni di workshop, dimostrazioni, conferenze, masterclass, esposizioni, spettacoli e un minimo comune denominatore, il benessere. La manifestazione, che ha già il merito di aver acceso l’entusiasmo tra gli operatori del benessere del territorio, nasce dalla forte sinergia di un gruppo di persone (una vera e propria crew composta da oltre 50 volontari). Un teamwork che non si riduce al “semplice” sforzo organizzativo, ma che si manifesta anche nell’empatia e nel contagioso coinvolgimento emotivo di tutti i promotori

dell'iniziativa. **Una vera e propria squadra, quindi, che crede fortemente nei valori di questo evento.**

Obiettivo principale di queste tre giornate sarà quello di presentare percorsi di salute e di benessere fisico, psichico ed emotivo in un luogo gradevole e adatto a favorire l'incontro con sé stessi. A fare da sfondo all'evento, infatti, sarà la suggestiva "Fortezza San Giovanni", una finestra su Finalborgo che può vantare la tutela del polo museale italiano. Il castello, aperto dal giugno 2018, per la prima volta verrà occupato in ogni suo anfratto e per tre giorni diventerà il palcoscenico ideale dove poter imparare a conoscere gli aspetti più importanti legati alla qualità della vita.



Oggi, proprio come dodici anni fa, è di nuovo **Pier Firpo** - insegnante di educazione fisica con un'esperienza ultratrentennale nel campo del fitness - a mettere la prima "firma" tra gli organizzatori di questa manifestazione: "I finallesi hanno reagito all'iniziativa con un entusiasmo coinvolgente, ce ne siamo accorti dalla voglia di conoscere e di partecipare

all'evento - racconta Firpo - non ci saranno soltanto spettacoli, lezioni di yoga e di pilates, ma punteremo molto anche sul fare informazione attraverso i convegni". Ventotto, infatti, è il numero degli incontri - incentrati su diversi temi - in programma durante la tre giorni dedicata al benessere.

Tra gli organizzatori, impossibile non citare anche **Lucia Muscari** (responsabile di "Castel San Giovanni"), che, insieme all'associazione "Centro Storico del Finale", ha giocato un ruolo chiave nella organizzazione dell'evento all'interno della fortezza: "Il castello - continua Firpo - è un monumento con un forte valore simbolico. Oltre ad essere un importante patrimonio storico per il finalese, infatti, tra l'800 e il 900 la fortezza è stata anche un carcere femminile, un luogo di sofferenza". E proprio tra quelle stesse mura, durante la manifestazione andrà in scena un convegno dedicato alla tematica della violenza sulle donne, che vedrà anche la partecipazione dell'avvocato **Camilla Fasciolo** dello "Zonta Club". Tra le donne che prenderanno parte alle conferenze, anche **Ilaria Cavo**, giornalista e assessore regionale ligure alla comunicazione, alla formazione e alle politiche giovanili e culturali.



"La Fortezza del Benessere" trasformerà per tre giorni "Castel San Giovanni" nel più importante centro sul nostro territorio dedicato al benessere e ai bisogni dell'uomo contemporaneo desideroso di prendersi cura di sé: "Protagonisti dell'evento - conclude l'istruttore di fitness - saranno medici dello sport, fisiatri, fisioterapisti, osteopati, psicologi, operatori di riflessologia plantare, massaggiatori, massaggiatori Shiatsu, nutrizionisti, naturopati, insegnanti di yoga, pilates e fitness, insegnanti di Chi Cong ed altri operatori del benessere. **Un ringraziamento particolare, infine, va al Comune di Finale Ligure, all'associazione "Centro Storico del Finale" e alla Polisportiva Del Finale**".

28 convegni, 40 esibizioni e oltre 40 lezioni. Questi i numeri che vi aspettano il 21-22-23 giugno presso il “Forte San Giovanni” di Finalborgo. Motivi per mancare? Zero. Lasciatevi stupire dal grande ritorno de “La Fortezza del Benessere”!

Per maggiori informazioni e per restare aggiornati sulle attività in programma durante l’evento visitate la pagina facebook de “La Fortezza del Benessere” (cliccando [**QUI**](#)).