



ENERGY SWIM MILANO

SPONSORED BY ARENA

L'EVENTO

Benvenuti alla Energy Swim Milano sponsored by Arena, manifestazione di nuoto in acque libere indetta da Full Of Energy e Associazione Motta Visconti.

La Energy Swim Milano prevede 3 distanze gara:

ENERGY HARD 5000 MT.

ENERGY MEDIUM 1700 MT.

ENERGY TWIN 1700 MT. A CRONOMETRO IN COPPIA

NaturaSi, ci accompagnerà con il ristoro post-gara gratuito e gli allievi della Scuola Shiatsu Himawari, saranno a disposizione con un servizio gratuito di trattamenti Shiatsu.

Ad accompagnarci durante l'arco della giornata sarà presente anche la Dott.ssa Ann Sophie Piccoli, esperta di Naturopatia, che ti aiuterà a migliorare le prestazioni fisiche con Fiosioscan. Esaminerà i tuoi organi e analizzerà il risultato per attuare un trattamento adatto a riequilibrare il tuo corpo. Sarà possibile prenotare una seduta direttamente sul posto. Per informazioni visita il sito www.studionaturopatiamilano.it

Se desiderate consigli sulla vostra alimentazione, potrete consultare la nutrizionista Dr.ssa Luana Molinari, ex atleta agonista di nuoto, che unisce le conoscenze scientifiche derivanti dai suoi studi con l'esperienza diretta del nostro sport.

L'intero evento sarà raccontato da Luigi Andrea Cimini, speaker d'accezione e autore musicale per grandi nomi della musica italiana che ci accompagnerà per tutta la giornata con intrattenimento ed aggiornamenti relativi alle diverse gare in programma.

Grazie a Lucia e l'innovativo metodo Regen potrete invece acquisire consapevolezza del vostro corpo, re-imparare a respirare, uscire dalla zona di comfort, migliorare i vostri movimenti fondamentali attraverso l'allenamento di mobilità articolare, flessibilità e forza, per il raggiungimento di un benessere psicofisico vero e completo.

Grazie alla partnership con Arena, sarà presente un gazebo dove poter acquistare prodotti a prezzi convenienti.

A corredo della giornata, per garantire la sicurezza di tutti gli atleti in acqua, avremo come lo scorso anno, operatori della protezione civile, a bordo di un gommone, di SUP e di moto d'acqua, oltre ad assistenti bagnanti che garantiranno il rispetto di tutte le norme.

Tutto è pronto quindi, non ci resta che augurarvi una splendida giornata di sport, natura, divertimento, amicizia e tanto altro.

Lo Staff