



**PALAZZO STORICO
DELLE ESPOSIZIONI
MARIANO COMENSE - CO**

**24-25-26 GENNAIO 2014
STAR BENE IN
MODO NATURALE**

EXPO SANA

LA FIERA DEL BENESSERE

24-25-26 GENNAIO 2014

MARIANO COMENSE – COMO

PALAZZO STORICO DELLE ESPOSIZIONI

Il calendario espositivo del PALAZZO STORICO DELLE ESPOSIZIONI di Mariano Comense – Como si apre il **24-25-26 GENNAIO 2014** con la rassegna **EXPO SANA – FIERA DEL BENESSERE per STAR BENE in MODO NATURALE**, una proposta unica nel suo genere per la provincia di Como e Lecco, una vetrina dei modi e dei luoghi dello star bene, dei prodotti, dei servizi e delle discipline utilizzate per ritrovare e mantenere l'equilibrio mente-corpo attraverso l'esposizione e la proposta di prodotti e terapie legati alla cultura del benessere naturale.

Tre giorni di manifestazione dedicati al “benessere” nella sua accezione più ambiziosa, un vero e proprio viaggio nella salute e nel benessere naturale: “star bene in modo naturale” è lo slogan che accompagnerà il pubblico lungo un interessante percorso di proposte per il benessere, partendo dalla cura della persona, ai prodotti benefici per il nutrimento del corpo e il benessere della mente.

L'attenzione crescente ad un approccio olistico alla salute e al benessere passa attraverso l'utilizzo di prodotti e terapie naturali, studiati per creare armonia tra corpo, mente e anima, la crescente ricerca di percorsi volti al raggiungimento di un migliore equilibrio tra corpo e mente e una migliore qualità di vita in armonia con il mondo e l'ambiente in cui viviamo portano alla proposta di EXPO SANA, tre giorni di manifestazione per conoscere, per stare bene e rigenerarsi con le discipline bio-naturali e olistiche in un incontro armonico tra corpo e anima che passa attraverso l'utilizzo di prodotti e terapie naturali.

EXPO SANA shopping - una mostra-mercato con proposte di benessere con prodotti estetici e di cura della persona, cosmetici naturali e biologici, detergenti ecologici, erboristerie, centri estetici e di dimagrimento, centri termali, olii essenziali e prodotti ayurvedici, prodotti naturali per la casa, libri e tutti i prodotti che abbracciano gli aspetti della ricerca del benessere e del vivere al naturale.

FIERA DEL BENESSERE



expo[sana]

**PALAZZO STORICO
DELLE ESPOSIZIONI
MARIANO COMENSE - CO**

**24-25-26 GENNAIO 2014
STAR BENE IN
MODO NATURALE**

EXPO SANA in tavola - un percorso tra gusti e sapori naturali e biologici con formaggi, salumi, vini, prodotti alimentari a chilometro zero, prodotti bio, bacche e marmellata di goji, prodotti tipici

EXPO SANA olistico - un viaggio di conoscenza delle terapie olistiche tra dimostrazioni di yoga, riflessologia facciale, riflessologia plantare, massaggi ayurvedici, danza terapia, musicoterapia, shiatzu e Watzu, fiori di bach per scoprire tecniche, metodi e buone pratiche per risvegliare la nostra energia vitale e migliorare il benessere psico-fisico della persona, nella sua ricerca di un benessere che è essenzialmente equilibrio.

EXPO SANA prosegue nel **RISTO-VEGAN** con una zona ristorazione per avvicinarsi alla cucina vegana nella sua completezza e particolarità gustosa e sana.

EXPO SANA non sarà solo occasione per fare "ottimi acquisti naturali" ma coinvolgerà pubblico ed espositori in un'esperienza multisensoriale con **workshop, laboratori, dimostrazioni pratiche, lezioni pratiche con un fitto ed interessantissimo calendario di incontri**: riflessologia del piede, lezione di danza terapia, l'arte di star bene con i fiori di bach e le acque per i chakra, numerologia tantrica, la vera salute con l'aloè, lezione sui mudra, bagno sonoro di campane tibetane, tutto quello che c'è da sapere sulla pratica dello yoga, lezione sulla omeopatia, lezione sull'alimentazione e benessere sono alcune delle tematiche trattate e approfondite.

EXPO SANA una fiera "da vivere" in modo naturale, con un ingresso gratuito, l'occasione per scoprire il piacere di una vita sana, in armonia con se stessi e l'ambiente, dove trovare le risposte ai sempre più ricercati bisogni di benessere psico-fisico.

INFO

EXPO SANA – LA FIERA DEL BENESSERE – star bene in modo naturale

24-25-26 gennaio 2014 – Palazzo Storico delle Esposizioni

Via Matteotti 10 - MARIANO COMENSE – CO

Ingresso Gratuito

Orario di apertura - dalle 10.00 alle 20.00

www.expopoint.it e pagina Facebook EXPO SANA

Telefono 031 748814 – eventi@expopoint.it

EXPOPPOINT ▪ Organizzazione Congressi Eventi Fiere

Via Matteotti, 3 ▪ 22066 Mariano Comense (Co)

tel. 031 748814 r.a. ▪ fax 031 751525 ▪ e-mail eventi@expopoint.it; ufficioeventi@expopoint.it

P.IVA 02503690139