

El Consell de Formentera, a través de l'àrea de Turisme, informa que entre l'11 i el 13 d'octubre se celebrarà la V edició del Formentera Zen. Unes jornades que estan destinades a la salut i benestar físic i emocional i que s'emmarquen dins el programa Descobreix Formentera a l'Octubre.

Aquest esdeveniment impulsat pel Consell de Formentera aprofita "la calma característica de Formentera per convidar a practicar disciplines com el ioga, el *fitness*, la meditació o el *mindful ness* , i a més també per atraure turistes que cerquen aquest ritme pausat i tranquil que ofereix l'illa al mes d'octubre", segons ha explicat la presidenta i consellera de Turisme, Alejandra Ferrer.

Destacades personalitats d'aquest món oferiran tallers, xerrades i classes. Podeu consultar el programa complet al web: https://formenterazen.es/ca/formentera-zen/el-programa/ , on també es poden realitzar les inscripcions que tenen un preu del 90€ per turistes i 45€ per residents. De moment ja hi ha 30 persones inscrites. El programa està dividit en blocs temàtics referents a alimentació, intel·ligència emocional, meditació, activitat física i altres pilars del benestar humà.

Masterclass de Veronica Blume

Les activitats es realitzaran a zones especialment habilitades. En concret la *masterclass* de ioga impartida per la reconeguda Veronica Blume es farà a la plaça de Sant Francesc, serà el dissabte 12 d'octubre a les 18h.

El Formentera Zen coincideix amb la celebració del Fòrum Posidonia Project, "així fomentam conjuntament la cura de la salut, el benestar humà i el de la nostra natura", segons la presidenta.

3 d'octubre de 2019
Àrea de Comunicació
Consell de Formentera