

20 aprile 2012 - [Forlì](#), [Agenda](#), [Cronaca](#), [Sanità](#), [Società](#)

## Domani inaugurazione di Mediwell - open day al centro studi Wellmed



Open day al centro studi Wellmed insieme alle trainer Cassano, Ghirotti e Galassi

Domani, sabato 21 aprile a partire dalle 18 si terrà l'inaugurazione di Mediwell; al taglio del nastro da parte delle autorità cittadine seguirà aperitivo con buffet nella piazzetta antistante l'ingresso del centro, in via Casamorata 49.

Dalle 10,00 alle 17,00, open day al Wellmed di viale Italia 111: il centro sarà infatti aperto al pubblico, un'occasione per dare uno sguardo alle sale e assistere alle lezioni di fitness che vi si svolgono sotto la guida delle trainer Annalisa Ghirotti, Claudia Cassano, e la Campionessa del Mondo, diploma d'oro del Coni, Simona Galassi.

La mattinata è tutta dedicata ai corsi di Claudia Cassano, che alle 10,00, darà una dimostrazione di pilates, seguito alle 11,00, dallo zen stretching; le dimostrazioni si ripeteranno rispettivamente alle 12,00 e alle 13,00.

Nel pomeriggio invece, dalle 15,00 alle 17,30 spazio a Simona Galassi, che darà una dimostrazione di kick boxing alle 15,00, per poi passare alle 16,00 al suo corso di Work Woman Defence e chiudere in bellezza alle 17,00 con un saggio di pugilato.

Non è tutto: nel corso della giornata sarà possibile assistere anche alle lezioni di Annalisa Ghirotti, campionessa di Fit Body e trainer di Kettlebell e TRX, oltre che insegnante di fit body metabolico, funzionale e avanzato.

A chi invece desidera visitare il centro in anteprima inoltre basterà recarsi al Mediwell il mattino dalle 10,00 alle 13,00 e nel pomeriggio dalle 14,00 alle 18,00.

Tag: [salutebenesserefitnessMediwellForliinaugurazione](#)

**Ti potrebbe interessare anche**

[Pronte alla prova costume insieme a Simona Galassi e Annalisa Ghirotti](#)

Continuano le iniziative proposte dal centro di medicina e benessere Mediwell. Il 16 di maggio a partire

dalle 20:30 presso la sala conferenze del centro si svolgerà un incontro completamente dedicato alla prova costume, che in vista dell'estate preoccupa tante donne (ma anche non pochi uomini!).

### Inaugurato al parco il percorso "Un chilometro in salute"

FORLÌ - Taglio del nastro per "Un chilometro in salute", circuito ricavato all'interno del parco urbano "Franco Agosto" di Forlì con l'obiettivo di incentivare i forlivesi a praticare attività fisica controllata. Sabato 1° giugno, è stato inaugurato ufficialmente il percorso, con alcuni testimonial d'eccezione che si sono prestati a effettuare in prima persona il test con cardiofrequenzimetro diretto a individuare la velocità di passo ideale per ciascuna persona. All'iniziativa hanno, infatti, partecipato gli assessori comunali Davide Drei e Alberto Bellini, i professionisti dell'Ausl di Forlì Lucio Boattini, direttore del Distretto, Romana Bacchi, direttore del Dipartimento di Sanità Pubblica, e il presidente della Uisp di Forlì-Cesena, Gianluca Soglia.

### "La nascita colora la vita"

Mercoledì 21 marzo, ore 17.00, in Municipio, presentazione del volume "La nascita colora la vita. Azioni e progetti intorno al Percorso nascita nel territorio forlivese".

---

**Collegamento sorgente:** <http://www.forli24ore.it/news/forli/0022185-domani-inaugurazione-mediwell-open-day-al-centro-studi-wellmed>