



El Consell de Formentera, a través del área de Turismo, informa de que ya están abiertas las inscripciones para participar en la octava edición del Formentera Zen, que se celebrará entre el 14 y el 16 de octubre en nuestra isla. Es un evento de bienestar, promovido por el Consell Insular de Formentera y organizado por Puro Bienestar, que cuenta con expertos en psicología positiva, inteligencia emocional, autoconocimiento, hábitos saludables, nutrición, fitness, danza, neurociencia, autocuidado y belleza, sueño y descanso, baño sonoro, yoga y meditación.

La vicepresidenta y consellera de Turismo, Alejandra Ferrer, ha explicado que el Formentera Zen se enmarca dentro de la campaña "Descubre Formentera en octubre" para atraer tanto visitantes durante la temporada baja como la población de la isla, y les invita, después del verano, a estas jornadas "que ponen a la persona en el centro para mejorar el bienestar del cuerpo y la mente". Cabe destacar que los residentes de Formentera tienen un 50 % de descuento en el precio.

En la celebración de 2022 se ha diseñado un programa con sesiones multidisciplinarias que abarcan todas las dimensiones del ser humano (física, intelectual, medioambiental y social). Así, profesionales de la talla de Marta Verona (Masterchef 6), Cesc Escolà (Operación Triunfo y Muévete en casa), Jana Fernández (El Podcast de Jana Fernández), Marta Romo (Entrena tu cerebro), Marc Oromí (The Massage House), Júlia Rovira (Vadesabores) y Teresa Arnandis (Ladyscience).

Por otra parte, también participarán en el Formentera Zen 2022 la psicóloga Elena Puig; la artista residente en Londres Diana Pintado; el alquimista musical José Manuel Martínez, y el profesor de yoga de origen griego Yiannis Mukta Om.

Entre todos los ponentes participantes en esta edición se supera el millón de seguidores en redes sociales, entre los que divulgan claves fundamentales de bienestar para vivir de forma más sana y equilibrada, "y también durante estos días resonará el nombre de Formentera y lo ligará al mundo del bienestar, la salud la naturaleza", según Alejandra Ferrer.

"Cuando el sueño mejora, todo mejora"; "Supera los límites de tu mente"; "El poder del automasaje. Una relación de amor propio"; "Supernutrición. Nurécete de manera saludable, placentera y eficiente"; "Conoce a tu cuerpo para entenderlo y cuidarlo"; "Conciencia y ego", y "Hola, ¿cómo va? ¿Hablamos?" son los títulos de las sesiones que configuran este programa de bienestar holístico. Además, durante el Formentera Zen 2022 también tendrá lugar una sesión de cocina en directo de recetas de temporada con producto local y dos clases magistrales: danza fitness y dharma yoga.

El evento se celebrará en el Gecko Hotel & Beach Club y cuenta también con la colaboración de Sa Pedrera Suites & Spa, Trasmapi, Proauto Rent a Car y La Fabrica Artigianale.

Más información e inscripciones: <https://formenterazen.es> | comunicacion@purobienestar.es

22 de septiembre de 2022
Área de Comunicación
Consell de Formentera

