MalpensaNews

Il Ponte del 25 aprile all'Oasi Zegna: due giorni per rigenerare corpo e mente immersi nella natura

Maria Carla Cebrelli · Wednesday, April 17th, 2024

All'Oasi Zegna per vivere due giorni all'insegna del benessere naturale insieme ad esperte del vivere slow e a contatto con la natura. È quella in programma per il ponte del 25 aprile. Una pausa dalla quotidianità in un luogo splendido, immersi nella natura, **alla scoperta dei benefici della cucina naturale** con **Stella Bellomo**, delle **proprietà degli olii essenziali doTERRA** insieme a Francesca Meazza, della ricerca dell'equilibrio interiore grazie allo **hatha yoga** con Daniela Bertinetti e Francesca Perazzone e della rigenerazione di corpo e mente con i trattamenti di **beauty wellness** dell'**Albergo Bucaneve** con Lucia Prezioso.

Tutte le informazioni qui

Vuoi conoscere tutti i segreti di un pranzo 100% vegetale? E per di più in alta quota? Concediti **due giorni di benessere** a partire dall'alimentazione a **Bielmonte**, cuore panoramico dell'Oasi Zegna a 1500 mt. di quota e facilmente raggiungibile da Milano, Varese e Torino. Si inizia giovedì 25 aprile all'Albergo Bucaneve di Bielmonte con lo show cooking di cucina vegana condotto da **Stella Bellomo**, esperta di cucina naturale e green living. **Info sul programma**

Estratti di frutta, hummus vegan, bruschette con verdure, crudité e molto altro ancora... e alcuni tips culinari come rendere l'hummus cremoso e gustoso senza la tahina o utilizzare erbe e ingredienti del tuo territorio per esaltare sapori e profumi.

Ma soprattutto si parlerà di cucina antispreco e impareremo a non buttare più nulla per scoprire come dei vegetali si usa tutto! Dalla buccia alla polpa è tutto commestibile e buonissimo! Durante lo show cooking, Stella Bellomo sarà accompagnata da **Francesca Meazza**, consulente **doTERRA**, che ci spiegherà come alcuni olii essenziali possono essere usati in cucina esaltando sapori e gusto. Al termine assaggerai queste preparazioni green e dalle 13:00 il pranzo, ovviamente tutto vegetale, con il **menù** ideato per l'occasione dallo Chef **Ernesto Tonetto**, riferimento culinario del Bucaneve.

Nel pomeriggio, dalle ore 15:00, workshop su tisane e olii essenziali in compagnia di Francesca Meazza e Stella Bellomo.

Venerdì 26 aprile, sessione mattutina di hatha yoga con **Daniela Bertinetti** e **Francesca Perazzone**. L'attività, adatta a tutti i livelli, durerà all'incirca due ore. Inizierà alle ore 9:00 con una fase di pranayama e proseguirà con la meditazione e la pratica.

Pausa pranzo con un **light brunch** all'insegna del benessere a cura di chef Tonetto e della sua brigata e nel pomeriggio **dalle ore 15,00** appuntamento nell'attrezzata area wellness del Bucaneve dove **Lucia Prezioso** farà scoprire come, con le nostre sole mani, sia possibile rallentare il processo d'invecchiamento del viso senza ricorrere a pratiche invasive. Una lezione di Autolifting Viso e Spazzolatura Corpo (di circa 30 minuti) grazie alla quale imparerai alcune pratiche da fare, pochi minuti tutti i giorni, ma che ti daranno risultati stupefacenti che si manterranno nel tempo. Al termine, dopo una tisana calda o un'acqua detox, ingresso di 60 minuti nell'area wellness facoltativa per un'immersione di totale benessere tra sauna, bagno turco, docce emozionali e vasca idromassaggio riscaldata. Per maggiori informazioni è possibile scrivere a wellness.bucaneve@oasizegna.com

Su richiesta è possibile soggiornare al Bucaneve grazie ad una speciale offerta di soggiorno. Per maggiori informazioni e prenotazioni: bucaneve@oasizegna.com

Non è obbligatorio partecipare a tutti gli appuntamenti in programma. Per ogni attività è richiesta la prenotazione.

LE PROTAGONISTE

Stella Bellomo è un'autorità nel campo del green living. Da anni condivide con una comunità sempre più ampia la sua esperienza di mamma e i suoi consigli per chi vuole adottare uno stile di vita sano e sostenibile, lontano da fanatismi e consapevole degli impegni, dei limiti e della frenesia delle nostre giornate.

Francesca Meazza vive con i suoi bimbi nella casa dei nonni paterni circondata dai boschi e dalle montagne che, insieme alla sua famiglia, ha ristrutturato con passione e amore anche se ora, dopo dieci anni, vorrebbe già rivoluzionare moltissime cose.

Daniela Bertinetti e Francesca Perazzone hanno una passione che le accomuna: lo yoga. Insieme praticano l'Hatha Yoga, un'antica pratica che si concentra sull'equilibrio tra corpo e mente attraverso posture fisiche, tecniche di respirazione e meditazione.

Lucia Prezioso da sempre appassionata del benessere della persona, è specializzata da oltre 35 anni nella cura di viso e corpo. È estetista e massoterapista e dal 2018 è la Spa Manager dell'area wellness del Bucaneve dove pratica anche sedute di lifting manuale con metodo VisO'key di cui è operatrice certificata.

INFO E PRENOTAZIONI (entro il 22 aprile)

Giovedì 25 aprile: show cooking con Stella Bellomo, *pranzo vegano e degustazione di oli essenziali e tisane: **50€**

Venerdì 26 aprile: Hatha Yoga **25€**, *Light Brunch **40€**, Beauty Wellness **35€**

**il costo del pranzo vegano e del light brunch si intende bevande escluse*

Per ogni attività è richiesta la prenotazione scrivendo a bucaneve@oasizegna.com o chiamando lo **015.744184**.

Su richiesta è possibile soggiornare al Bucaneve grazie ad una speciale offerta di soggiorno.

Non è obbligatorio partecipare a tutti gli appuntamenti in programma.

Per ulteriori informazioni: T. 340.1989593 – info@oasizegna.com

This entry was posted on Wednesday, April 17th, 2024 at 2:41 pm and is filed under [Archivio](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.