

# Experience

A OGNI ORA, UN'ESPERIENZA DIVERSA PER IL TUO EQUILIBRIO: YOGA, PILATES, MEDITAZIONE, SUONI, ACQUERELLO E PRATICHE DI BENESSERE.

## SABATO 7 FEBBRAIO

- 10:30 ODAKA YOGA**  
Alice Feroci
- 11:30 YOGA e MARMA.** Vivere il ritmo delle stagioni:  
Shishira, la forza del silenzio e del calore  
Giada Jyoti
- 12:30 ZEN WARRIOR**  
Alice Feroci
- 13:30 UNO YOGA:** La via dell'ascolto interiore  
Raffaella Pigliacampo
- 14:30 ACQUERELLO e BENESSERE**  
Marcella Pralormo
- 15:30 ACQUERELLO e BENESSERE**  
Marcella Pralormo
- 16:30 YOGA SOUL FLOW:** Yoga dinamica con enfasi su  
respiro e movimento libero  
Marta Panunzi

## DOMENICA 8 FEBBRAIO

- 10:30 UNO YOGA e PRANOTECNICA INTEGRATA:**  
Energia, radicamento e centratura  
Raffaella Pigliacampo
- 11:30 YOGA e MARMA.** Vivere il ritmo delle stagioni:  
Shishira, la forza del silenzio e del calore  
Giada Jyoti
- 12:30 HATHA YOGA** per una schiena felice  
Simona Bertera
- 13:30 RIFLESSOLOGIA FACCIALE ITALIANA –** Disturbi  
del sonno, auto-trattamento  
Beatrice Moricoli
- 14:30 MEDITAZIONE e SUONI**  
Sara Ravagnan
- 15:30 ODAKA YOGA** al ritmo dei tamburi  
Sara Ravagnan
- 16:30 PILATES Move Inside**  
Francesca Catino

Spazio **SENZA** prenotazione.  
Porta il tappetino per la pratica e partecipa.

# A Malpensa Benessere

## Cross Fit Il Tempio dei Gladiatori



## Ristorante Indiano



## Ristorante Veg e Bio



Per **INFORMAZIONI**  
[www.fieredelbenessere.it](http://www.fieredelbenessere.it)



# Malpensa Benessere

**7-8 Febbraio 2026**

**Malpensa Fiere  
Busto Arsizio**

# Programma

# Sala Caproni

## SABATO 7 FEBBRAIO

### 11:30 Nutrire l'anima con parole e musica

**Red Ronnie**

Celebre conduttore e giornalista musicale, porta un talk speciale in cui racconta i suoi incontri con grandi artisti attraverso una chiave più intima e spirituale, esplorando il **legame tra creatività, viaggio interiore e "salute dell'anima"**.



### 13:10 Tutti i segreti per ricondizionare l'intestino

**Marco Corti**

Ha creato, insieme alla Dott.ssa Maura Del Chicca, una linea di **prodotti fitoterapici** dedicati al supporto della fisiologia dell'individuo. Ha approfondito le discipline alternative e conseguito la formazione in chinesiologia applicata a Monaco di Baviera. Presenta il **Metodo MC**, un approccio che considera la persona nella sua totalità, per ogni età e stile di vita.



### 14:15 Neurobiologia della felicità: perché vuoi ciò che vuoi

**Dr. Giovanni Frajese**

**Medico, neuroendocrinologo e Professore universitario** di Endocrinologia e Scienze Tecniche Mediche e Chirurgiche Avanzate presso l'università di Roma Foro Italico. Ricercatore e autore di numerosi articoli su riviste scientifiche, nazionali e internazionali. Capire i meccanismi della felicità aiuta a **vivere in modo più equilibrato**.

Comprendere i propri desideri è il primo passo per scegliere ciò che fa davvero bene.



### 16:00 Quello che i medici non ti dicono

**Dr. Nicholas Bawtree**

Nasce **una nuova rivista** dedicata al benessere, "Quello che i medici non ti dicono" (Spresa Editori), presentata in anteprima a Malpensa Benessere dal giornalista Nicholas Bawtree, direttore editoriale di Terra Nuova, noto per il suo impegno nell'informazione indipendente su sostenibilità e salute naturale. La testata offre un punto di vista complementare alla medicina convenzionale, per fare **scelte terapeutiche più consapevoli** e approfondire prevenzione e approcci naturali, con un taglio documentato e attento alla qualità delle fonti.



Media Partner

YOGA

TerraNuova

L'altra  
medicina  
MAGAZINE

LA PARTECIPAZIONE ALLE CONFERENZE È GRATUITA E SENZA PRENOTAZIONE

## DOMENICA 8 FEBBRAIO

### 10:10 Il Codice dell'Acqua. Il segreto della longevità tra scienza e natura

**Giuseppe Labate**

Naturopata multidisciplinare con oltre 30 anni di esperienza in **naturopatia, iridologia, olismologia, auricoloterapia e fitoterapia**, ed è esperto in nutraceutica e corretta idratazione.



### 11:20 Il ritmo dell'Anima

**Marina Tonini e Luca Donini**

Un incontro esperienziale che esplora la scrittura come espressione dei moti dell'anima e dei ritmi interiori, per **comprendere come energia vitale e psiche influenzino corpo e benessere**. Il percorso approfondisce la differenza tra ritmi dissonanti e assonanti, unendo gestualità, rieducazione sensoriale e musica armonica con strumenti antichi e sciamanici, fino a una meditazione finale per ritrovare il proprio **ritmo vitale ideale**.



### 13:10 Tutti i segreti per ricondizionare l'intestino

**Marco Corti**

Ha creato, insieme alla Dott.ssa Maura Del Chicca, una linea di **prodotti fitoterapici**, il **Metodo MC**, un approccio che considera la persona nella sua totalità, per ogni età e stile di vita.



### 14:15 Come non essere stupidi

**Igor Sibaldi**

In questa conferenza propone pratiche per uscire dal conformismo e **riscoprire la propria unicità**, guidando il pubblico attraverso i dodici aspetti della personalità per **superare blocchi interiori** e ritrovare consapevolezza e libertà.

**Filologo, filosofo e scrittore**, Sibaldi è autore e conferenziere internazionale, noto per opere come *I Maestri Invisibili*, *Il Libro degli Angeli* e *Il codice segreto del Vangelo*. Un relatore capace di stimolare riflessioni profonde, più che offrire risposte definitive.



### 16:00 La dieta della longevità in salute

**Dr.ssa Silvia Petruzzelli**

Esperta della **dieta antinfiammatoria** per prevenire e gestire le **patologie cardiometaboliche**, partendo dal ruolo centrale della salute intestinale. Biologa nutrizionista e tecnologa alimentare, è autrice del libro *Questa non me la mangio*. Ha collaborato con Franco Berrino.



LA PARTECIPAZIONE ALLE CONFERENZE È GRATUITA E SENZA PRENOTAZIONE

# Sala Ferrario

## SABATO 7 FEBBRAIO

### 11:00 L'Osteopatia Animale: risonanze del vivente tra tocco manuale e terapia vibrazionale

**Stefania Trifone**

### 12:00 Biorisonanza, fisica quantistica e fitoterapia secondo il Metodo Alma Quantum: il tuo benessere al massimo livello

**Dino Barghini**

### 14:00 Fiori di Bach: un metodo semplice e naturale per equilibrare pensieri ed emozioni

**Paola Fornazzaro**

### 15:00 Rinasco in me, la mia seconda vita

**Letizia Marmi**

### 16:00 La Pace nasce nell'Utero. Massaggio Bioenergetico dolce di Eva Reich

**Elizabeth Chester, Margherita Tosi, Luisa Della Morte**

### 17:00 Come passare dagli attacchi di panico all'appagamento

**Lorenzo Camerlingo**

## DOMENICA 8 FEBBRAIO

### 11:00 Quando la Natura Entra in Vibrazione: Oli Essenziali & Frequenze per Liberare il Dolore

**Alessia Bagni e Paola Bernasconi Barrella**

### 12:00 Musica Tantra. Consapevolezza attraverso i suoni

**Luca Vignali**

### 14:00 L'Albero della Vita per il Benessere di Corpo e Mente: La Potenza Nascosta delle Foglie di Ulivo

**Giorgio Schipilliti**

### 15:00 Colesterolo, antipertensivi e altre follie: per una cardiologia che tenga conto della fisiologia

**Luca Speciani**

### 16:00 Un viaggio dentro di te in armonia con il Metodo Vitalux® - Presentazione del libro

**Cristina Bergamelli**

LA PARTECIPAZIONE ALLE CONFERENZE È GRATUITA E SENZA PRENOTAZIONE