

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



Malpensa Benessere

7-8 Febbraio 2026

Malpensa Fiere
Busto Arsizio

Programma



Per INFORMAZIONI
www.fieredelbenessere.it

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" (Sprea 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



TerraNuova



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



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

LA PARTECIPAZIONE ALLE CONFERENZE È GRATUITA E SENZA PRENOTAZIONE