

\* MILAN /moleskinecity.com

## Un Tram di ... Benessere



Stanchi di passare da un negozio all'altro? Stressati dalla frenesia dello shopping natalizio? Per superare, se non indenni, almeno un po' rinfrancati la corsa all'ultimo regalo, niente di meglio di qualche minuto di relax e perché no, (magari) anche un piacevolissimo massaggio. Fa parte delle attività proposte quest'anno dall'amministrazione cittadina e sponsorizzato da *GetFit*: un **Tram del Benessere** che percorrerà il centro storico e la prima cerchia dei navigli fino al 7 di gennaio. Al posto delle vecchie panche di legno sono state allestite tre aree di benessere. La zona destinata al fitness è dedicata all'*Indoor Walking*, una nuovissima attrezzatura, che, grazie al movimento ellittico, riproduce il movimento della marcia e della corsa offrendo gli stessi benefici. C'è inoltre un'area in cui è possibile godersi un breve massaggio rilassante e uno spazio dedicato

all'alimentazione naturale dove saranno offerti assaggi di succhi e centrifugati freschi naturali. Venerdì, sabato, domenica e il 22 e 23 dicembre il tram sosterrà un'ora in piazza Castello (dalle 14.30 alle 15.30) e un'ora in piazza Fontana (dalle 16.00 alle 17.00)