



El Consell de Formentera, a través del área de Deportes, informa que desde este viernes hasta el domingo tendrá lugar en la isla la cuarta edición del Formentera Zen.

Formentera Zen es un evento de tres días dedicados a la salud en un entorno excepcional: La luz, el silencio y la calma características de Formentera. Octubre es uno de los mejores momentos del año para venir a la isla, el ritmo es diferente e invita a ejercitarse en diversas disciplinas que promueven el bienestar físico y emocional.

Las actividades principales programadas son yoga, Pilates, snorkeling, Antigimnasia y Paleotraining, aunque el encuentro también ofrece espacios de divulgación y formación y talleres específicos de Ecodieta, mindfulness, aromaterapia, y gestión emocional. Asimismo, todos los días, de 10.30 a 15.00 horas, se celebrará una Feria Ecosaludable de alimentos ecológicos y raw food, con proveedores y productos locales.