



[:: matérias ::](#)  
[<anterior](#) [próxima>](#) [S<home>](#)

## »BEM-ESTAR É TEMA DE EVENTO NO IBIRAPUERA Por [Fatos & Notícias](#)

O Parque do Ibirapuera será "invadido" nos próximos dias 1, 2 e 3 de setembro por pessoas interessadas em saúde e qualidade de vida. Nestes dias vai acontecer a II Estação Bem Estar que terá várias atividades gratuitas cujo objetivo levar experiências de bem-estar para o público.

O projeto está dividido em duas partes: no Bolsão de Estacionamento será instalada a Estação Bem-Estar, com tendas onde haverá aulas gratuitas de Yoga e Auto-Massagem, entre outras, e diversos workshops, como o de Confecção de Pipas e Trabalhos Manuais em Madeira. Em paralelo, no Museu AfroBrasil, serão realizadas palestras em que renomados profissionais abordarão temas como Aromaterapia, Felicidade, Stress, Nutrição, Esporte e Acupuntura. A participação é gratuita; basta dirigir-se ao local e fazer a inscrição de acordo com a disponibilidade de lugares.

No domingo, último dia do evento, às 11 horas, acontece a apresentação gratuita do IV Concerto Bons Flúidos, na área externa do Auditório Ibirapuera e que reúne, no mesmo palco, Vanessa da Mata, Lenine e Orquestra Bons Flúidos (especialmente formada para a ocasião), sob a regência do maestro João Mauricio Galindo.

A II Estação Bem-Estar é uma promoção das revistas Bons Flúidos, SAÚDE! e Vida Simples, da Editora Abril.

**PROGRAMAÇÃO DE WORKSHOPS E AULAS GRATUITAS (agendamento no local)**

Workshop Ginástica Laboral - Thomaz N. Burke (Fisioterapeuta)

Dia: 01 de setembro (sexta-feira)

Horário: das 16h às 17h30

Workshop Pilates - Rodrigo Lubel (Prof. de Educação Física especializado em Pilates)

Dia: 02 de setembro (sábado)

Horário: das 10h às 11h30

Workshop - Benefício da Meditação no Dia-a-Dia - Eduardo Martins (Prof. De Meditação)

Dia: 02 de setembro (sábado)

Horário: das 12h às 13h30

Aula de Auto-Massagem - Kika Lourenço - (Terapeuta Corporal e Acupunturista)

Dia: 02 de setembro (sábado)

Horário: das 14 às 15h30