

Sport - Sport: a Milano la presentazione di Linfit, prima disciplina a combinare allenamento e benessere linfatico

Milano - 18 mar 2025 (Prima Notizia 24) Appuntamento il 26 marzo al Teatro Franco Parenti, in occasione del Longevity Festival.

Sarà presentata ufficialmente il 26 marzo al Teatro Franco Parenti di Milano, in occasione del Longevity Festival, Linfit, la prima disciplina sportiva innovativa riconosciuta dal CONI, studiata per migliorare il benessere fisico e mentale attraverso la cura della circolazione linfatica e sanguigna. Linfit non è solo una disciplina di allenamento, ma un approccio scientificamente testato che offre benefici concreti, tra cui: miglioramento della composizione corporea e della performance sportiva; riduzione dell'infiammazione dei tessuti e miglioramento della postura; diminuzione della ritenzione idrica e della cellulite; aumento del benessere psicofisico e della lucidità mentale. Con il claim "Let life flow", Linfit rappresenta un'innovazione nel settore del benessere, della performance e della riabilitazione, basandosi su tecniche all'avanguardia che combinano esercizi mirati, automassaggi linfodrenanti e respirazione controllata. Il programma della giornata del 26 marzo è il seguente: Ore 11:00 – Laboratorio esperienziale: dimostrazione pratica con partecipanti selezionati Ore 12:00 – l'appuntamento "Meet il Team Linfit" dove approfondire l'approccio scientifico di Linfit ,che si terrà presso la Sala La Piccolina Ore 14:50 – Talk plenaria con Claudia Viaggi, Pierluigi Gallucci co-founder e la Dr.ssa Masitto, fisiatra del team Ore 16:30 – Laboratorio esperienziale: dimostrazione pratica con partecipanti selezionati Ore 17:30 – Laboratorio esperienziale: dimostrazione pratica con partecipanti selezionati Ospite d'eccezione, il Prof. Valter Longo, Professore di Biogerontologia e Direttore del Longevity Institute della USC (University of Southern California). Sarà inoltre possibile intervistare la Dott.ssa Claudia Viaggi, Fondatrice e Ideatrice di LinFit, e il Dott. Pierluigi Gallucci, Co-fondatore e Project Manager, per approfondire la visione e l'impatto di questa disciplina.

(Prima Notizia 24) Martedì 18 Marzo 2025