

**SPORTDAYS**SCOPRI DI PIÙ SU  
[www.sportdays.it](http://www.sportdays.it)

Rimini Wellness 2018: parola d'ordine "muoversi"

[< PREVIOUS](#)[NEXT >](#)[f Facebook](#) 39 [t Twitter](#) [p Pinterest](#) [f Flipboard](#) [+ Google+](#) [in LinkedIn](#)[+ Più...](#)

Rimini Wellness si è chiuso da poco e io sono ancora con le orecchie stordite dalla musica e il viso con il sorriso stampato.

Insomma, è vero il caos, è vero la musica a palla per 4 giorni, è vero che è un delirio, ma è vero anche che senza Rimini Wellness, chi fa il mio mestiere, non avrebbe un momento di confronto altrettanto pazzesco.

Sport, fitness, nutrizione, body building, tecnologia e show cooking. Tutto in un unico incredibile palcoscenico che ogni anno cambia il mio modo di vedere il concetto di movimento e vita attiva.



Search site



## Categorie

- > [Beauty](#)
- > [FitAround](#)
- > [FitBeauty](#)
- > [FitEat](#)
- > [FitLife](#)
- > [Fitness](#)
- > [Food](#)
- > [Nutrition](#)
- > [Outfit](#)
- > [Running](#)
- > [Senza categoria](#)
- > [Sport](#)
- > [Technology](#)
- > [Travel](#)



Un piccolo ricettario con 8 chicche per piatti a base di frutta secca e molte le golosità presenti, come **Chocobella Squeeze**. La crema di nocciole e cacao bio, che puoi... bere ovunque come delizioso snack oppure usare per arricchire anche i piatti più semplici.

Ma c'è di più, i semi oleosi contengono ottime quantità di acidi grassi insaturi, di cui fanno parte i celebri Omega 3. Questi, come certo saprete, sono utili, tra le altre cose, anche nella riduzione dei tempi di recupero post esercizio. Per questo utilizzare semi oleosi non tostati e di buona qualità (come quelli Damiano) può essere un efficace supporto in più alla propria pratica atletica!

Piccoli grandi, oggetti del desiderio

Un ultimo ringraziamento e segnalazione a voi, invece, riguarda **Homedics e Salice Occhiali**.

Entrambe le aziende, in modi diversi (ovviamente), mi hanno coccolata e viziata,

Partiamo da Homedics che, come molti di voi sapranno avendomi seguita nell'avventura della **Avon Running** di settembre, ha **Homedics Stretch** quel fantastico tappetino che massaggia, allunga e rilassa in modo talmente profondo e completo da farmi addormentare ogni volta che mi ci sdraio e seleziono uno dei programmi e delle intensità a disposizione.

Contratture e stress se ne vanno e una mini sessione allo stand Homedics nel caos della fiera è stato un vero toccasana.

Per quanto riguarda, invece, [Salice occhiali](#) credo che in molti conosciate la mia passione per gli occhiali a tutti i livelli e, quando faccio sport all'aperto la protezione degli occhi è uno degli elementi che mi consente di godere appieno del mio allenamento senza affaticare testa e vista.

Salice è specializzata in occhiali sportivi e le sue lenti sono state preziose nelle giornate di Rimini Wellness, immerse nel caldo e nel sole degli stand e degli spazi affogati di caldo e sole.

Se poi alla qualità delle lenti aggiungete design e colore... il gioco è fatto. Quindi grazie di cuore, anche quest'anno siete stati gli occhiali del cuore e del Festival del Fitness 2018.

