

## La 5a edición del World Wellness Weekend tendrá lugar el próximo mes e incluirá actividades en persona y online

**18 - 19 de Septiembre**

*Este año, este evento contará con actividades online y en persona*



El World Wellness Weekend se prepara para dar la bienvenida a los amantes del bienestar los días 18 y 19 de este mes. Durante ese fin de semana, miles de profesionales del deporte, el turismo, el wellness y la hostelería abrirán sus puertas al público, ofreciendo actividades gratuitas de 60 minutos, clases, talleres con el objetivo de conectar a las personas a través de actividades de bienestar, siguiendo las medidas de seguridad locales.

Desde su lanzamiento en 2017, el programa está activo en Europa, Estados Unidos, Asia y América. El World Wellness Weekend cuenta con el apoyo de más de 60 federaciones profesionales de todo el mundo, que respaldan sus esfuerzos de crecimiento. Con el objetivo de ofrecer experiencias de máxima calidad, el World Wellness Weekend se compromete a conectar a las comunidades más allá de las fronteras. El evento tiene justo antes del equinoccio de otoño, y muestra la experiencia y la pasión de los profesionales del bienestar y el fitness con el apoyo y la orientación de los embajadores locales, animando a las comunidades locales a ser más activas, más a menudo, con los amigos y la familia.

A pesar de las dificultades relacionadas con Covid-19, el World Wellness Weekend no deja de crecer con cada vez más participantes. El año pasado, las imponentes medidas de cuarentena y bloqueo en todo el mundo crearon un cambio en nuestras mentalidades, haciéndonos pensar más en nuestro bienestar e impulsándonos a actuar. Como resultado de ello, el año pasado el Fin de Semana Mundial del Bienestar se celebró en 1.123 lugares de 543 ciudades de 109 países, desde Argentina hasta Zambia, ayudando a la gente a descubrir más oportunidades de bienestar en un momento de necesidad. En este momento hay 1.900 locales en 133 países (982 ciudades) en el Mapa del Bienestar., lo que representa un récord para el evento.

En América Latina y el Caribe, los amantes del bienestar pueden participar en el evento en Argentina, Brasil, Chile, Colombia, Ecuador, México, Panamá, Perú, República Dominicana y Venezuela.

El World Wellness Weekend es un evento sin ánimo de lucro alineado con el ODS3 de las Naciones Unidas (Buena salud y bienestar para todos). Con la convicción de que la prescripción social es un verdadero catalizador para promover la elección de un estilo de vida saludable, la celebración conecta a las comunidades y las educa en los "Cinco Pilares del Bienestar": dormir mejor para aumentar la creatividad, una mejor nutrición para fortalecer el sistema inmunológico, realizar más actividad física para mejorar la vitalidad, una conciencia plena para disfrutar de la serenidad y un mayor sentido de propósito para compartir una mayor solidaridad.

Como parte de nuestro deseo de volver a la normalidad en esta época Post-COVID 19, en América Latina y el Caribe se organizarán interesantes actividades para conectar con la naturaleza como el Wellness Champion Iguazu en **Brasil** donde, teniendo como marco las Cataratas de Iguazú, se realizarán terapias iónicas combinadas con ejercicios o el Oca Wellness, también en **Brasil**, que plantará árboles en los estados de Espírito Santo y Bahía, en coordinación con Plantio Brasil, **en México** Hacienda 1800 ofrecerá actividades gratuitas al aire libre, entre ellas: clases de senderismo, SUP y kayak en los parques.

Entre algunas de las organizaciones en América Latina que se han sumado a la onda del wellness, y que se encuentran apoyando este evento facilitando sus locaciones para que las personas participen se encuentran: Cartesiano en **México**, donde se encuentra nuestro embajador de ese país Fran Lugo. **En Argentina**, el domingo 19 habrá lo que nuestros embajadores bautizaron como “El Bienestar Late” en Torcuato donde habrá desde yoga hasta clases de zumba para ofrecer actividades en todo ritmo y velocidad para escoger.

**En República Dominicana**, el Meliá Punta Cana ofrece lo que han denominado “Wellness inclusive” donde habrá desde Acqua Gym, hasta Yoga pasando por Pilates y meditaciones guiadas del 17 al 19 de este mes, más todas las actividades organizadas por nuestro embajador, Flavio Acuña quien recientemente firmó un convenio con la alcaldía de Punta Cana para apoyar este evento.

**En Panamá**, en el Buenaventura Golf and Beach Resort el fin de semana del 18 y el 19 de este mes ofrecerán todo tipo de actividades, incluyendo yoga facial, entre otras, para quienes tratan su cuerpo como un templo que debe ser cuidado y bien mantenido.

*"No hay misión más noble en la vida que animar a todos y cada uno a convertirse en la mejor versión de sí mismos. Es hora de que aprendamos a VIVIR BIEN en medio de la situación actual, y entre nosotros", dice Jean-Guy de Gabriac, fundador del World Wellness Weekend.*

Para conocer todas y cada una de las actividades del World Wellness Weekend en cada país, visita <http://www.wellmap.es>, no te quedes sin formar parte de este evento y de esta onda del bienestar.

Contacto de medios:  
Analic Mata-Murray  
[anali19@gmail.com](mailto:anali19@gmail.com)