



ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΝΕΟΤΗΤΑΣ **ΔΗΜΟΣ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ**

Τα μέλη της Επιτροπής Νεότητας με το Κέντρο «Εστία» και την YogAcademy ταρακούνησαν "για τα καλά" τον Δήμο μας στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Κίνησης «Move Week 2016»

Με μεγάλη επιτυχία πραγματοποιήθηκαν οι δράσεις που διοργάνωσε η Επιτροπή Νεότητας του Δήμου Φιλοθέης-Ψυχικού στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Κίνησης «Move Week 2016» και ταρακούνησαν "για τα καλά" τον Δήμο μας.

Την Κυριακή 29 Μαΐου 2016, στις 10:30 το πρωί, τα μέλη της Επιτροπής Νεότητας μαζί με συνδημότες μας και με νέους και νέες του Κέντρου «ΕΣΤΙΑ» ξεκίνησαν την καθιερωμένη «Ποδηλατοβόλτα στην πόλη μας» με προορισμό αυτή την φορά το Άλσος Εθνικής Τραπέζης στην Φιλοθέη.

Όταν φτάσανε στον προορισμό τους, κάνανε ένα διάλειμμα για να απολαύσουν τα προϊόντα της εταιρίας Anax Super Food και Βίκος που στήριξαν την εκδήλωση.

Συνεχίζοντας με το δεύτερο διασκεδαστικό κομμάτι της δράσης την

ZenDance Kundalini Yoga, τα μέλη της Επιτροπής Νεότητας με τους φίλους τους καθοδηγούμενοι από την Έβελυν Ζώτου ανακαλύψανε μια πρωτοποριακή τέχνη εκγύμνασης του Σώματος, που γαληνεύει την ψυχή και ξεκουράζει το νου.

Βασισμένη στην πανάρχαια τέχνη της Yoga, η Kundalini ξεδιπλώνει την συσσωρευμένη ενέργεια του ανθρώπινου σώματος, μέσα από την κίνηση, την ανάσα και το ρυθμό και παντρεύει αρμονικά την κίνηση με την Ελληνική μουσική, την Ανάσα με την εκτόνωση του σώματος, την Άσκηση με τη γαλήνη της ψυχής.

Τα μέλη της Επιτροπής ευχαριστούν τον Αντιδήμαρχο Πρασίνου, την Δημοτική Συμβουλο Νέλλη Λάβδα και Δημοτικό Σύμβουλο Άλκη Γάτο και τον Διοικητή Ασφαλείας Ψυχικού Κωνσταντίνο Παπαθανάση που ήταν εκεί και τους

στηρίζουν σε κάθε δραστηριότητά τους καθώς επίσης και την Έβελυν Ζώτου με την YogAcademy για την μοναδική εμπειρία που τους προσέφερε.

Επίσης ευχαριστούν τους νέους και τις νέες του Κέντρου «ΕΣΤΙΑ» που συμμετείχαν στις δράσεις και όλους τους συνδημότες μας, οι οποίοι επέλεξαν να δραστηριοποιηθούν και να ενταχθούν στην παρέα τους!

Την δράση μας στηρίξαν ο Ο.Κ.Α.Π.Α. και οι εταιρείες Anax SuperFood, Events Atelier και Βίκος.