

L' Associazione è un libero organismo di fatto, senza fini di lucro, amministrativamente e giuridicamente autonomo, la cui durata è illimitata, salvo anticipato scioglimento deliberato dal Consiglio Direttivo .
L'Associazione aderisce ad Ente Nazionale di promozione sportiva, con finalità assistenziali e di questo Ente adotta il regolamento e la tessera nazionale quale tessera sociale dell'Associazione stessa per usufruire delle relative agevolazioni, esenzioni, prerogative e facilitazioni di Legge . La presente Associazione è un Ente Associativo sportivo dilettantistico iscritto nel registro nazionale del C.O.N.I. , che non svolge attività commerciale (art. 149/4° c. del T.U.I.R.) .

ART. 2 : Principi e Scopi Generali: ... L'Associazione promuove il proficuo impiego del tempo libero ed il benessere dei propri associati attraverso **iniziative di natura di promozione sportiva** dilettantistica , – in particolare : ***attività sportiva finalizzata al benessere fisico ed al fitness** , indirizzata alla cultura fisica, olistica ed olistico-posturale, con attività a corpo libero seguendo i principi dello **yoga**, del **pilates**, dello stretching ; **strength-yoga** inteso come abbinamento degli aspetti coordinativi e respiratori nella corretta esecuzione dei trattamenti anche olistici (yoga, pilates, ecc...) .Attività svolta : - per migliorare il bilanciamento posturale, recuperare la forma sportiva mediante il miglioramento dell'equilibrio della persona attraverso trattamenti olistici (yoga, pilates, stretching) , - per il

miglioramento della qualità della vita tramite le attività a corpo libero ,
olistico , yoga e pilates , - per il recupero di autonomia e/o indipendenza
motoria , allo scopo di conferire salute e benessere , ***ginnastica per tutti** ,
intesa come strumento di fitness per il benessere , la cura e prevenzione atta
al miglioramento della vita, attraverso gli effetti anche olistici del benessere
nella sua complessità di corpo , mente e spirito , mediante anche la
riflessologia plantare, shiatsu ed altre discipline orientali , *attività sportiva
dilettantistica di benessere fisico con l'esamina delle condizioni fisiche globali
nella totalità ed armonia tra corpo, energie, emozioni, mente e spirito del
socio per favorire e stimolare tra gli stessi soci, la ricerca della conoscenza
ed il raggiungimento degli eventuali equilibri perduti , *la pratica delle
discipline olistiche del benessere in quanto tali e considerabili a tutti gli effetti
pratiche di valenza spirituale e del benessere e pertanto escluse dal campo di
applicazione delle attuali vigenti normative sui trattamenti proposti con finalità
curative e/o sportive e/o estetiche, in **particolare** la promozione e
realizzazione di iniziative di divulgazione, conoscenza, e pratica nel campo
della promozione della salute intesa come stato di benessere (corpo , mente ,
anima) individuale e sociale, nonché la diffusione, la conoscenza e la pratica
di **discipline del benessere , olistiche ed orientali e terapie tradizionali
cinesi ed** anche con l'uso di tecniche e metodi alternativi (*mindfulness* ,
meditazioni guidate, sciamanesimo , yoga, formazione spirituale,

costellazioni familiari e sistemiche, incontri di studio e formazione, astrologia, fiori di Bach) al fine di riequilibrare l'energia vitale , stimolare la crescita individuale e sociale consentendo all'individuo di raggiungere uno stato di benessere e di maggiore consapevolezza , ed anche con informazioni per percorsi individuali e di gruppo ; ***Attività sportiva di ginnastica posturale e per tutti** , finalizzata alla salute ed al fitness per il benessere , la cura e la prevenzione atta al miglioramento della vita , ***attività ludiche didattiche, artistiche e culturali** in tutte le sue forme ,connesse al benessere fisico

*attività di **corsi extra scolastici alla persona** di diverso tipo per il benessere fisico, all'interno delle apposite sedi operative od in location opportunamente dichiarate , a mezzo di progetti tecnici, conferenze , corsi, seminari, congressi , convegni, con sessioni *individuali e di gruppo* , che in base a disciplinari predisposti e predisponibili trattino argomenti per la promozione della rieducazione e il riavvicinamento alla consapevolezza dell'equilibrio perduto con *tecniche antiche basate sull'osservazione ambientale ed energetica* , *operatore olistico* , anche mediante la metodologia del *coaching* per il raggiungimento di specifici obiettivi personali sportivi ed anche con la **preparazione e redazione di libri** dai contenuti specifici con relativa distribuzione ai soci , video , eBook per soli associati , ed organizzazione di ogni altra iniziativa utile al raggiungimento degli scopi ...