

A Bogliasco debutta Familia Yoga Festival: il benessere diventa piattaforma di comunità

2026-05-07 11:54:55 di Federico Silvio Bellanca

URL:<https://redazione.forbes.it/2026/05/07/a-bogliasco-debutta-familia-yoga-festival-il-benessere-diventa-piattaforma-di-comunita/>

Nel calendario sempre più fitto dei festival dedicati al benessere, spesso si tende a replicare formule già viste, variazioni che oscillano tra pratica fisica, consumo esperienziale e una certa estetizzazione della spiritualità. Per fortuna, però, l'esordio del **Familia Yoga Festival**, in programma il 23 e il 24 maggio 2026 a Bogliasco, differisce da questo modello con un concetto che prova a spostare il baricentro: meno evento da palinsesto, più costruzione di una comunità radicata in un luogo preciso. Nel meraviglioso **Golfo Paradiso**, il borgo ligure dalla morfologia compatta, quasi raccolta, accoglie un festival diffuso che al contempo non risulti dispersivo. Il molo, la spiaggia, la piazza principale diventano altrettanti punti di un percorso che si estende fino allo specchio di mare antistante con le sessioni di yoga in Sup, che introducono una dimensione instabile e dinamica, sottraendo la pratica alla neutralità del tappetino. La struttura del programma riflette una volontà inclusiva, senza appiattare le differenze tra le varie discipline. Dal vinyasa all'ashtanga, fino all'acro yoga e al kundalini, il festival mette in campo approcci anche distanti tra loro, affidandoli a insegnanti provenienti da Genova e da altre città italiane. Una mappa composita dello yoga contemporaneo, dove coesistono dimensioni più fisiche e altre orientate alla ricerca interiore. A questo si aggiunge un'area benessere dedicata ai trattamenti olistici, che amplia ulteriormente il perimetro dell'esperienza. L'impostazione intergenerazionale rappresenta uno degli aspetti più interessanti. Accanto alle sessioni per praticanti esperti e principianti, il festival prevede un programma specifico per bambini e over 65, con attività gratuite pensate per intercettare esigenze diverse. “Con questa prima edizione vogliamo creare uno spazio di condivisione aperto a tutti, da chi desidera avvicinarsi allo yoga per la prima volta a chi già pratica abitualmente. **Familia** nasce da una visione: valorizzare il nostro territorio come un luogo capace di accogliere nuove energie e connetterle alla bellezza del paesaggio. Per noi Familia è quella che si sceglie, un legame che va oltre il sangue e che si nutre di persone pronte a connettersi, vibrare e risuonare insieme”, commenta **Benedetta Gargano**, tra le founder del Festival. [gallery ids="273051,273053,273049,273050,273052"] **Familia Yoga Festival** non sarà soltanto pratica sul tappetino. La spiaggia di Bogliasco ospiterà talk e momenti di confronto con gli ospiti, creando spazi di dialogo e approfondimento sul tema del benessere contemporaneo, della spiritualità e della nutrizione consapevole. Tra gli ospiti spicca la presenza di **Selene Calloni Williams**, punto di riferimento in Italia per tutti coloro che gravitano intorno ai temi della spiritualità orientale, che presenterà sul palco di Familia il suo libro “*Diario di una sciamana*”. Le formule di accesso – Pass One per la singola lezione, Pass Flow per tre sessioni, Pass Deep per cinque – consentono di calibrare la partecipazione in base al tempo e all'interesse. L'attenzione al contesto si traduce anche in una dichiarazione ambientale. Familia Yoga Festival si presenta come evento “Stay Green”, invitando i partecipanti a raggiungere Bogliasco in treno e a muoversi nel rispetto dell'ecosistema costiero. Parallelamente, il coinvolgimento delle attività locali – ristorazione e commercio – attraverso convenzioni e menù dedicati suggerisce un tentativo di integrazione reale con il tessuto economico del borgo, evitando la logica dell'evento calato dall'alto.