



**COOPERATIVA SOCIALE D.L.M. - DON LORENZO MILANI**  
Via T.C. Onesti 3/i 63100 ASCOLI PICENO P. IVA 01911410445  
Iscrizione all'Albo Nazionale delle Cooperative n. A180067  
Telefono 0736/42704 Fax 0736/347703 email: dlm@cooperativemarche.it

Prot 4600

Ascoli Piceno, 17 agosto 2021

Ascoli Piceno: fino al 26 agosto "Summer Yoga" – già più di 120 iscritti  
Prossimo appuntamento il 19 agosto

ASCOLI – Andrà avanti fino al 26 agosto, nello spazio antistante la chiesa della Santissima Annunziata, ogni giovedì dalle 19 alle 20, l'iniziativa "Summer Yoga" alla quale hanno già aderito più di 120 persone di ogni età. Si tratta di lezioni gratuite di yoga, della durata di un'ora, tenute dall'insegnante Eugenia Brega finalizzate a promuovere stili di vita corretti ed a praticare il movimento con continuità.

Gli obiettivi dell'iniziativa sono anche quelli di far conoscere e sperimentare a varie fasce della popolazione il movimento, ed in questo caso lo yoga, come mezzo per migliorare e rafforzare la salute.

"Vogliamo valorizzare i parchi e le aree verdi – dicono i dirigenti della Cooperativa DLM - restituendoli ai cittadini che dunque possono usufruire in sicurezza con istruttori qualificati. Questo perché le caratteristiche dell'ambiente costruito influenzano la quantità e la qualità dell'esercizio fisico svolto dagli abitanti. Nei quartieri con aree verdi e luoghi attrezzati i residenti hanno una probabilità di praticare un'attività fisica tre volte maggiore rispetto a quelli dei quartieri degradati".

Per il 2021 il progetto viene realizzato grazie al contributo di Fondazione Nazionale delle Comunicazioni, Bim Tronto, Qualis Lab ed al patrocinio del Comune di Ascoli Piceno.

Per partecipare è necessario portare il proprio tappetino o un asciugamano e prenotarsi al numero 3442229927 (numero che è a disposizione per ulteriori informazioni).

Durante le attività del progetto "Summer yoga" saranno applicati il protocollo e le linee guida U.S. Acli nazionale di contenimento Covid19.

Per ulteriori informazioni sul progetto "Laboratori territoriali di prevenzione del tumore al seno" si possono consultare il sito [www.cooperativemarche.it](http://www.cooperativemarche.it) o la pagina facebook della Cooperativa DLM.

Con preghiera di annuncio e/o pubblicazione.

.....