

Direzione comunicazioni

Spinetoli, 17 settembre 2021

Prot. 4929

Dal 23 settembre torna il “Percorso di respiro consapevole”

SPINETOLI – Dopo la pausa estiva giovedì 23 settembre riprenderà, presso Danzarte in via 8 Marzo 18 a Pagliare, l’iniziativa “Percorso di respiro consapevole”.

“Conoscere il valore del respiro – dicono i promotori del corso – ci aiuta a vivere meglio e a trovare benessere, serenità ed energia ogni giorno. Il Rebirthing, una pratica di respiro circolare, induce uno stato di rilassamento fondendo armoniosamente inspirazione ed espirazione, sciogliendo le tensioni”.

L’iniziativa è organizzata dal comitato regionale dell’Unione Sportiva Acli Marche, in collaborazione con Qualis Lab Analisi Cliniche, Pol. Ita Dance School e Danzarte, il progetto andrà avanti fino al 23 dicembre ogni giovedì dalle ore 17 alle ore 18,30, la partecipazione è gratuita.

Per informazioni sul “Percorso di respiro consapevole” ci si può rivolgere al numero 3442229927, oppure si possono consultare il sito www.usaclimarche.com e la pagina facebook Unione Sportiva Acli Marche.

Con preghiera di annuncio e/o pubblicazione.