

**Direzione comunicazioni**

Spinetoli, 6 ottobre 2021

Prot. 4962

Aperte le iscrizioni al “Percorso di respiro consapevole”  
Prossimo appuntamento il 7 ottobre

SPINETOLI – Andrà avanti fino al 23 dicembre l’iniziativa “Percorso di respiro consapevole” che si svolge presso Danzarte in via 8 Marzo 18 a Pagliare

“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 ogni giovedì dalle ore 17 alle ore 18,30, quindi il prossimo appuntamento è fissato per giovedì 7 ottobre, 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](http://www.usaclimarche.com) e la pagina facebook Unione Sportiva Acli Marche.

Con preghiera di annuncio e/o pubblicazione.