

**Direzione comunicazioni**

Spinetoli, 9 novembre 2021

Prot. 5006

Aperte le iscrizioni al “Percorso di respiro consapevole”  
Appuntamento venerdì 12 novembre

SPINETOLI – Andrà avanti fino al 17 dicembre l’iniziativa “Percorso di respiro consapevole” in programma 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 Aps, in collaborazione con Qualis Lab Analisi Cliniche e Danzarte, ogni venerdì 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](http://www.usaclimarche.com) e la pagina facebook Unione Sportiva Acli Marche.

Con preghiera di annuncio e/o pubblicazione.