

Direzione comunicazioni

Spinetoli, 21 settembre 2022

Prot. 5294

Aperte le iscrizioni al “Percorso di respiro consapevole”
A Spinetoli si riprende il 7 ottobre

SPINETOLI – Dopo la pausa estiva, riprenderà il 7 ottobre 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, col sostegno della Banca del Piceno, in collaborazione con Qualis Lab Analisi Cliniche e Danzarte, ogni venerdì dalle ore 17 alle ore 18,30, la partecipazione è gratuita, il corso andrà avanti fino al 9 giugno.

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

Con preghiera di annuncio e/o pubblicazione.