

Direzione comunicazioni

Ascoli Piceno, 26 settembre 2019

Prot. 3885

Un corso gratuito di respirazione presso la Casa Albergo Ferrucci

Riprende il “Percorso di respiro consapevole”

Dal primo ottobre, ogni martedì dalle ore 18,45 alle ore 19,45, presso la sala polivalente della Casa Albergo Ferrucci di Ascoli Piceno in via Tucci nel quartiere Porta Solestà, prenderà il via 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 progetto, a cui è possibile partecipare gratuitamente, rientra nell’iniziativa “Sport senza età” dall’U.S. Acli Marche, con il contributo dell’Asur Marche (Dgr 1118/2017), col sostegno della Chiesa valdese fondi 8 per mille e con il patrocinio dell’amministrazione comunale di Ascoli Piceno.

Il progetto “Sport senza età”, infatti, prevede accanto alle 2 ore settimanali di attività sportiva anche un’ora di socializzazione che, in questo caso, comprende un percorso di respiro consapevole.

Per informazioni sull’iniziativa ci si può rivolgere al numero 3295439141, oppure si possono consultare il sito www.usaclimarche.com e la pagina facebook Unione Sportiva Acli Marche.

Con preghiera di annuncio e/o pubblicazione.