



REGIONE LIGURIA - PATTO DI SUSSIDIARIETA' 2018-2019

Le attività realizzate dal Patto di Sussidiarietà' 2018-2019 - Progetto:

“OGNI STAGIONE PORTA I SUOI FRUTTI”

sono finanziate dal Ministero del lavoro e delle Politiche sociali.

DISTRETTO SOCIOSANITARIO N.12

benessere in cammino

nell'ambito del progetto "L'ora del tè"

venerdì 14 giugno 2019

alle ore 14.00

appuntamento

dalla piazza di Sant'Eusebio

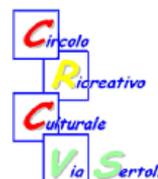
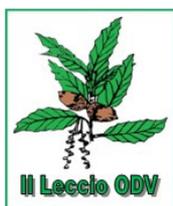
con la walking leader Catia Regoli

e

l'insegnante di yoga Simona Mocci

IMPARIAMO A RESPIRARE NELLA NATURA!

Il respiro è l'arte più naturale del mondo, ma i ritmi della vita moderna spesso ci fanno dimenticare come si fa. Il respiro si accorcia, lo stress e le contratture muscolari aumentano. In un clima sereno e in un bellissimo ambiente naturale riprenderemo contatto con il nostro respiro



info:segreteria@associazioneilleccio.it