



GALLIO

Montagne di benessere Salute e qualità di vita

Una montagna di benessere a Gallio da domenica a mercoledì. Giunta alla terza edizione, "Montagne di Benessere" porta a Gallio un percorso diffuso dedicato alla salute e alla qualità della vita. Ideata da Fruscio Sport in collaborazione con il Comune, l'iniziativa mette al centro le persone e il loro rapporto con l'ambiente sviluppata in vari luoghi del territorio. Si alterneranno mattinate di yoga, bagno di foresta e meditazione a pomeriggi di dienso chan, shiatsu e reiki. Previsti anche i controlli gratuiti di pressione e colesterolo con gli Amici del Cuore. a conferenza "Equilibrio naturale" sulle competenze motorie e il corso "Pericoli in alta quota" con l'associazione italiana soccorso.

