Yoga. Riprendono le domeniche di sport e salute

Riprendono domani le “Domeniche siracusane di sport e salute”, organizzate dall’assessorato allo Sport. La mattinata sarà dedicata allo yoga della risata e alla danza terapia. Raduno alle 10 al terrazzo sul mare di Forte Vigliena. Si tratta del secondo di sei appuntamenti avviati a dicembre e che termineranno a maggio. Un modo per avvicinare la gente alla pratica sportiva non agonistica e per evidenziare l’importanza del tenersi in forma. Il prossimo appuntamento è in programma per l’8 febbraio e sarà dedicato all’equitazione per bambini e adulti.