

DAL 20 OTTOBRE 2025

# CORSI DI TECNICHE DI RESPIRAZIONE

## RESPIRARE MEGLIO E' VIVERE MEGLIO

PERCHÈ ISCRIVERSI?

- PER MIGLIORARE LA  
PROPRIA RESPIRAZIONE
- PER PRENDERSI CURA DI SE'  
ATTRAVERSO LA PRATICA  
DEL RESPIRO
- PER MIGLIORARE  
CONCENTRAZIONE E  
GESTIONE DELLE EMOZIONI

I CORSI SI SVOLGONO DI  
MARTEDÌ, IN PRESENZA E  
IN PICCOLI GRUPPI E  
SONO TENUTI DA  
BARBARA ROSSI,  
PSICOLOGA DELLO SPORT  
E DEL MOVIMENTO,  
ESPERTA IN TECNICHE  
CORPOREE

I corsi si tengono  
presso:  
Studio Cameli,  
via E. Berlinguer 14,  
Stella di Monsampolo  
(AP)

Per iscrizioni e per maggiori  
informazioni: scrivi alla email:  
[dottbarbara@gmail.com](mailto:dottbarbara@gmail.com)

[www.psicologiasportivabarbararossi.it](http://www.psicologiasportivabarbararossi.it)