



ANNULLATA ANNULLATA ANNULLATA ANNULLATA A PIEDI NUDI SUL SENTIERO DELLE OCHETTE

VENERDI' 2 GIUGNO 2023

**2' CAMMINATA A PIEDI NUDI
"BAEEFOOTING" sul sentiero delle
ochette venerdì 2 giugno**

ORE 10.00 - ritrovo dei partecipanti al punto
info, evento gratuito libero a tutti, ognuno
potrà percorrere il tratto di sentiero
desiderato o completare il percorso

PRANZO LIBERO

info Beppe Cravero 3477693846

"GIMNOPODISMO" II edizione

...i piedi fin da subito sono costretti in calze e
scarpe e perdono la loro sensibilità. Occorre
riabilitarli piano piano a trasmetterci quelle
bellissime sensazioni che abbiamo perso
restando a contatto con la terra...

manifestazione libera a tutti

camminare a piedi nudi i benefici

Maggiore equilibrio

Muscolatura dei piedi più forte

Miglioramento della postura

Ottimo antistress naturale

Migliora la circolazione e riduce il gonfiore alle
gambe e piedi

Stimolazione benefica della pianta dei piedi
come riflessuologia plantare..

**info sul sentiero consulta il nostro sito
www.amicidelpo.it**