

SPORTHERAPY

benessere in movimento



Ritrovare il BENESSERE attraverso sport e natura

SPORTHERAPY è l'unione di diverse discipline sportive - TIRO CON L'ARCO, YOGA e TREKKING - per permettere a tutti di superare le proprie fragilità e migliorare la consapevolezza del proprio corpo e di se stessi.

SPORTtherapy si rivolge a persone che presentano complessità lievi e moderate legate a difficoltà nei comportamenti e nella gestione delle emozioni nella vita quotidiana.

Sportherapy sostiene il BENESSERE e facilita il raggiungimento di nuove ABILITÀ (life skills).

Le attività sportive sono realizzate da istruttori esperti e supportate dalla presenza di coach, educatori, psicologi, medici e ... tanti volontari. Responsabile Scientifico degli interventi è la dr.ssa Paola Vizziello.

La location è il Centro Ricreativo del Corriere della Sera di Milano - via Cefalù. Uno spazio comodo da raggiungere, di rara bellezza e con molti servizi: un parco meraviglioso, campi sportivi, area giochi, area picnic, orti, spazi coperti dove amici e familiari possono fermarsi per trascorrere del tempo in relax.