

Monza. Convegno al Cam: si parla di attività motoria, benessere psicofisico e Adventure Race



Lo sport fa bene oltre al corpo anche alla mente. Negli ultimi decenni le evidenze scientifiche hanno sempre più sottolineato l'importanza di un'attività fisica praticata regolarmente, non solo per una migliore funzionalità degli apparati del nostro corpo, ma soprattutto per i suoi benefici effetti bio-psico-sociali sulla qualità della vita, sullo stato di salute e sul benessere globale della persona. Di questo importante tema se ne parlerà giovedì 15 gennaio alle ore 19 all'auditorium CAM di viale Elvezia a Monza. L'incontro dal titolo "Attività

motoria e benessere psicofisico...

Il post dal titolo: «Monza. Convegno al Cam: si parla di attività motoria, benessere psicofisico e Adventure Race» è apparso il giorno 27/01/2014, alle ore 10:20, sul quotidiano online *Monza Brianza News* dove ogni giorno puoi trovare le ultime notizie dell'area geografica relativa a Provincia di Monza e della Brianza.

Questo è solo un estratto, per leggere il testo completo [vai all'articolo originale.](#)