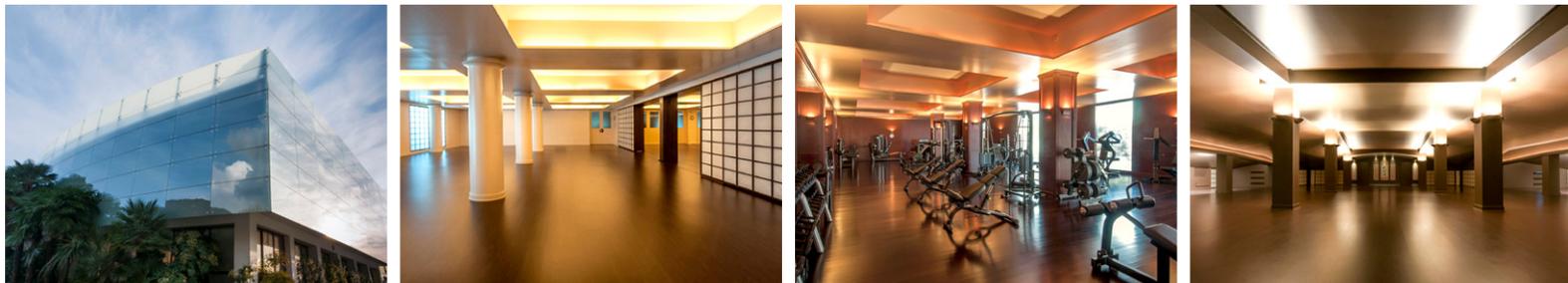


Esse Accademia è presente sul territorio bresciano da più di vent'anni promuovendo il benessere psicofisico attraverso la pratica dello Yoga, l'arte marziale dell' Ai-Jutsu e il Fitness. È un'eccellenza unica nel suo genere sia per il metodo applicato nelle varie discipline - fedele alla tradizione ma sostenuto dai moderni studi medico scientifici- sia per la sua splendida struttura. Con la sede di 5.000 mq - equipaggiata con le migliori attrezzature professionali del settore - è un'elegante oasi di pace nel cuore della città.



In seguito alla difficile situazione creatasi con la pandemia, quest'anno **Yoga&Run** assume per Esse un significato particolare: **un dono alla città per aiutare i cittadini a ritrovare il benessere psicofisico messo a dura prova in quest'ultimo periodo.**

Ma, la partecipazione alla realizzazione dell'evento è solo una delle iniziative che vedono Esse impegnata a sostegno della città di Brescia.

Infatti, in questo ultimo anno, Esse ha scelto di **supportare gli operatori sanitari** di Poliambulanza, e della Croce Bianca di Brescia offrendo, in forma gratuita, corsi dedicati alla gestione dello stress da lavoro correlato, realizzando percorsi personalizzati di Welfare Aziendale - ambito nel quale Accademia opera con riconosciuta professionalità.

Per Esse Accademia è importante fare rete con altre realtà del tessuto cittadino, ne è esempio la collaborazione con **l'associazione Icaro Sport Disabili Onlus**, il cui gruppo di allievi ipovedenti ha saputo - anche nelle lezioni online - raggiungere risultati sorprendenti nel fitness e nello Yoga dimostrando che sinergia e resilienza possono davvero tutto.

Ultima e non meno importante è la collaborazione - sempre gratuita - di Esse con il **FAI**: la manifestazione **Fai Yoga per Brescia** nasce con lo scopo di valorizzare il territorio riscoprendone i luoghi attraverso la pratica dello yoga. Un punto di osservazione privilegiato che mira ad interiorizzare e a vivere intensamente la bellezza degli spazi che ci ospitano.



esse.it

