La revisione sistematica di Thompson Coon et al. (2011) ha rilevato alcuni promettenti e diretti effetti sul benessere mentale autoriferito da coloro che avevano svolto l'esercizio fisico in ambiente naturale. Tali effetti non sono stati invece rilevati dopo gli esercizi in ambiente chiuso. (...)

L'articolo:
http://www.dors.it/pag.php?idcm=4082