

Corso di Taiji Quan

Centro Pertini - Il Salice



Il Taiji quan, antica disciplina cinese, è meditazione in movimento e arte marziale, ginnastica e metodo di evoluzione personale. E' praticata per il benessere del corpo e della mente, per trovare una centratura e contattare la propria forza interiore. Attraverso movimenti lenti e fluidi si acquisiscono scioltezza, rilassamento e una maggiore consapevolezza di sé, attivando la propria energia vitale.

ORARIO LEZIONI

MARTEDÌ: 21.00 - 22.30

COSTO MENSILE

30 EURO (4 LEZIONI)

ISCRIZIONE ANNUALE

SOCIO CHENG MING EUROPE ASD - € 20

PER INFORMAZIONI VIENI AL BAR DEL
CENTRO SOCIALE (VIA DEI SALICI 9,
LEGNANO) OPPURE TELEFONA AL N.
3516115368

O SCRIVI UNA MAIL ALL'INDIRIZZO
ATI.LEGNANO.MAZZAFAME@GMAIL.COM