



Tai Ji Quan & Qi Gong

ARTE MARZIALE E PRATICA DI LUNGA VITA.

Conosciuto in Cina da millenni, il Tai Ji Quan è apprezzato come Arte Marziale e come Pratica di Lunga Vita. Apprendere i movimenti fluidi e lenti del Tai Ji Quan e le posizioni energetiche del Qi Gong è ricco di emozioni e coinvolge ogni parte del corpo come un benefico massaggio di muscoli organi e articolazioni, aiutando a sciogliere tensioni e contratture rinforzando il cuore, la circolazione, il sistema immunitario, stimolando le sinapsi e migliorando il benessere psicofisico generale.

Workshop esperienziale di Tai Ji Quan e Qi Gong
Perla della Vera Sintesi (Zheng Zong) condotto
dal M° Bruno Banone / www.norbunoneba.com

SABATO 18 NOVEMBRE 2017 / 9:00 - 12:00
SUONODELVENTO A.C.S.D.

Via Privata Galeno 27 / Milano (MM Villa San Giovanni)

Workshop adatto a tutti, anche principianti assoluti. Ingresso riservato ai soci e a coloro che desiderano associarsi. Si consiglia un abbigliamento comodo.



INFO E ISCRIZIONI:
Tel. 02 43126351
Mob. 339 5924649
www.suonodelvento.it

