A LEZIONE DI TAI CHI NELLE VALLI DEL SORBO

2 GIUGNO 2019

ORARIO LEZIONE 11.00

GIORNATA GRATUITA PER CONOSCERE E PER PROVARE QUESTA ANTICA ARTE ORIENTALE

Tai Chi e Qi Gong:

Il Tai Chi Chuan e il Qi Gong sono antiche arti del movimento che hanno origine nella cultura cinese. La pratica di queste discipline aiuta a trovare il proprio centro. La lentezza dei movimenti è la base su cui si possono sviluppare una maggiore percezione e consapevolezza del proprio corpo.
Questa nuova percezione aiuta a rilassare il sistema corporeo, e a scoprirne le tensioni e i blocchi energetici.
Lavorando su queste tensioni si riesce in seguito a rimodulare il proprio corpo in un portamento più armonico e sciolto.

La scuola:

A.S.D. ShenShan, scuola di Tai Chi Chuan e Qi Gong.
La A.S.D. ShenShan, è un'associazione sportiva dilettantistica presente a Roma da 15 anni.
L'associazione si propone di promuovere e sviluppare in particolare discipline quali il Tai Chi e il Qi Gong.

Punto di Ritrovo:

Indirizzo della mappa
http://bit.ly/tai-chi-sorbo

Latitudine e longitudine:
42°6'6.9" N 12°23'43.901" E

Centro ShenShan
Scuola di Tai Chi e Qi Gong

AFFILIATA CENTRO SPORTIVO csen EDUCATIVO NAZIONALE

Ente Regionale Parco di Veio

Shen Shan
Spazio per il benessere psico-fisico

Per informazioni:
matteo.m@taichi-roma.it
Matteo Manganelli 347.7151440
https://www.parcodiveio.it
https://www.taichi-roma.it

Si avvisano gli interessati che in caso di maltempo la giornata potrà essere rimandata a data da definire

PARCO DI VEIO

REGIONE LAZIO