

CORSO DI

TAI CHI CHUAN

E CHI KUNG

**Per calmare lo stress e le tensioni,
una pedagogia del rilassamento e dell'apertura
per ritrovare il piacere del movimento, del respiro e dell'ascolto.**

MERCOLEDI' ore 20:30 – 22

VENERDI' ore 21 - 22:15

LEZIONI DI PROVA :

mercoledì 14 e 28 settembre ore 20:30

venerdì 23 e 30 settembre ore 21

**Il Tai Chi Chuan è una ginnastica di lunga vita
adatta a tutte le età.**

**Antica arte marziale interna di origine cinese, una concatenazione di movimenti lenti,
rotondi e morbidi, mirati ad armonizzare l'energia vitale: il Chi.**



**L' International Tai Chi Chuan Association insegna lo stile Yang Originale
di Tai Chi Chuan e Chi Kung,
tramandato fin dalle sue origini taoiste al responsabile attuale europeo il
Maestro Chu King Hung**

Insegnanti autorizzati ITCCA e UISP

WWW.TAICHIMILANOEMONZA.IT