

SCUOLA PROFESSIONALE SHEN SHIATSU & ASSOCIAZIONE

"IL CERCHIO OLISTICO"

presentano

CORSO SETTIMANALE DI QI GONG ED ESERCIZI PER LA SALUTE

da **LUNEDI' 26 OTTOBRE ALLE 20,00**

COS'E' IL QI GONG: è una pratica che coinvolge corpo e mente sviluppata dalla Medicina Tradizionale Cinese che permette di:

- RINFORZARE L'ENERGIA E IL SISTEMA IMMUNITARIO
- PROMUOVERE IL MANTENIMENTO DELLA SALUTE
- STIMOLARE L'EQUILIBRIO E LA TRASFORMAZIONE INDIVIDUALE
- SVILUPPARE FACOLTA' INTERIORI

"QI GONG vuol dire essere in grado di scoprire in ognuno di noi il potenziale umano che è, essenzialmente, uno spazio vuoto" J.Chong Yuen

12 ESERCIZI PER I 12 ORGANI - Qi Gong di tradizione Taoista:

Verranno proposti i 12 esercizi relativi ai canali interni che si collegano ai 12 organi e visceri oltre ad altri esercizi per stimolare la circolazione e le articolazioni.

E' una forma praticabile da tutti.

Il corso si sviluppa in 10 lezioni con orario 20 – 21,30 tutte di lunedì a partire da lunedì 26 ottobre, l'ultima lezione sarà lunedì 11 gennaio 2021. la prima lezione si può frequentare a titolo di "prova". Si pratica con vestiti comodi e scarpe basse e leggere.

Per la prima lezione necessaria la prenotazione.

Sede: presso associazione "Il Cerchio Olistico" in via Trieste 20 a Padova.

Costo complessivo 120 euro + iva + 10 euro tessera associativa

Insegnante: Carlo Toller Direttore scuola professionale SHEN SHIATSU di Cadoneghe

Info: scuola.shenshiatsu@gmail.com - info@cerchiolistico.it 3296381682 - 3273978996