

BENESSERE E MOVIMENTO

Tai ki kung pratica di lunga vita

La pratica del Tai Ki kung -ginnastica dolce cinese - è adatta a tutte le età e preparazione fisica - consiste nella ripetizione armoniosa di movimenti circolari che interessano le principali articolazioni del corpo- rendendolo più agile e tonico - sviluppa un buon senso dell'equilibrio - fisico e psichico dando così maggiore sicurezza di movimento



QUANDO

GIORNI E ORARI: Mercoledì, 15.30-16.30;
PERIODO E CADENZA: annuale (ottobre-maggio) - 1 volta alla settimana



COSTI

COSTO DI OGNI INCONTRO: € 10
Il costo totale potrebbe variare a seconda della durata del corso: rivolgersi al gestore per i dettagli.
ISCRIZIONE: € NO



GESTORE

Cecilia Marraffa- privato
REFERENTE: Cecilia Marraffa



CONTATTI PER ISCRIZIONI E INFORMAZIONI

TELEFONO: 3488828443
EMAIL: cecimarraf@gmail.com