



TAI JI QUAN

'Concentra lo spirito, pacifica le emozioni, regolarizza la circolazione sanguigna, fortifica le articolazioni i legamenti e i muscoli, in sostanza rigenera la vita dell'essere umano'

Caratterizzato da movimenti gentili, respiro e rilassamento, il Taijiquan vi farà ritrovare benessere ed energia.

Tutti i Venerdì
DALLE 19.00 alle 21.00

