

QI GONG SALUTISTICO

Validità: da Settembre 2017 a Luglio 2018



Il QI GONG nella medicina tradizionale cinese occupa un ruolo importante nella terapia e cura delle malattie. Si parla di QI GONG Salutistico quando il metodo praticato aiuta a preservare il proprio stato di salute ed a prevenire le malattie.

La PRATICA quotidiana degli esercizi, anche per brevi momenti, in qualunque istante della giornata – anche se il migliore è la mattina al risveglio – tonifica il corpo e vivifica la mente, questo in virtù del fatto che gli esercizi combinati con un'idonea respirazione hanno effetti positivi sul sistema cardiocircolatorio, respiratorio, ormonale ecc.

L'iscrizione, con scadenza mensile o trimestrale, va fatta presso la nostra Segreteria
Il Pagamento deve essere effettuato all'atto dell'iscrizione

CORSO MENSILE: 60,00 Euro C.IVA (05 LEZIONI)
CORSO TRIMESTRALE: 145,00 Euro C.IVA(14 LEZIONI + 1 GRATUITA)
(Non sono previsti ulteriori recuperi)

Le lezioni della durata di 1 h e 15' si svolgono, con frequenza settimanale, nel seguente giorno ed orario:

MERCOLEDI' - h 09.15 – 10.30 (Il corso è tenuto dall'insegnante [Antonella Ruggero](#))

Sono necessari:
abbigliamento comodo, calze antiscivolo o calzature apposite

PER ULTERIORI INFORMAZIONI RIVOLGERSI ALLA SEGRETERIA DEL CENTRO