



ČCHI-KUNG

osm kusů brokátu



SEMINÁŘE ČCHI-KUNG PRO ZAČÁTEČNÍKY

Čchi-kung je cvičení, které vychází z tradiční čínské medicíny. Jeho cílem je rozproudit životní energii čchi v celém těle.

Rozvíjí sílu, zvyšuje pružnost, posiluje svaly, zlepšuje rovnováhu, zklidňuje mysl, uvolňuje nahromaděný stres i emoce.

Účastníci seminářů získají základní informace o čchi-kung a čínské medicíně, osvojí si práci s dechem, s hybnou silou v těle, seznámí se s automasáží, se sestavou Osm kusů brokátu a cvičení dle elementů.

Absolventi se také mohou připojit do pravidelných kurzů čchi-kung v Táboře.

KDY

1.9. a 8.9.2019
vždy 15:00 - 19:00

KDE

Centrum ŽIVOTA
Dobrovského 729
TÁBOR

CENA

580 Kč/den (platba předem)
680 Kč/den (platba na místě)
Nutná rezervace místa!

REZERVACE

+420 605 582 571,
andrea.frei@email.cz