

Zajęcia Tai Chi i Qi Gong

kategoria:

Zielona Łódź

autor: Łukasz Janczar / Zielona Łódź

Park im. Józefa Piłsudskiego - Park na Zdrowiu (Łódź Polesie, Zdrowie-Mania)

15.08.2020

godz. 12:00 - 14:00

Zajęcia Tai Chi i Qi Gong w Parku im. Piłsudskiego. Zapraszamy do udziału w bezpłatnych i ogólnodostępnych zajęciach Qi Gong.



dav

Można będzie poznać i spróbować praktyki pracy z energią oraz odnaleźć się w tych ćwiczeniach, które odświeżają ciało, pogłębiają oddech, wzmacniają ścięgna i kręgosłup. Wszyscy, których zainspiruje praktyka Qi Gong - będą mogli ją regularnie kontynuować uczestnicząc w zajęciach Akademii Chen Taijiquan i Qi Gong.

Spotkania odbywają się w soboty w godzinach 12.00-14.00 i we wtorki w godzinach 18.00-20.00 w parku na Zdrowiu, w pobliżu muszli koncertowej