



TALLER DE TAICHÍ

GRATUÏT

ORGANITZA CENTRE CULTURAL BELLVITGE- GORNAL

TOTS ELS DIMARTS 10 SESSIONS DEL 8 D'OCTUBRE AL 17 DE DESEMBRE.

HORARI: 19:00 A 20:00

El tai-txi-txuan o també anomenat taitxí , és una art marcial xinesa "interna" (neijia). Els seus practicants afirmen que els proporciona molts beneficis, incloses millores en la salut i la longevitat.

El tai-txi-txuan comprèn una sèrie de moviments lents. En les classes de tai-txi s'ensenya a conèixer el propi equilibri i allò que l'afecta, a reconèixer iguals dins dels altres, i l'estima del valor pràctic en la capacitat de moderar comportaments extrems i l'actitud en els nivells mental i físic.

INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS PRESENCIALS:

30 DE SETEMBRE I 1 I 2 D'OCTUBRE D'11:00 A 14:00 I DE 16:00 A 19:00.

3 I 4 D'OCTUBRE DE 16:00 A 19:00.

TAMBÉ ON LINE AMB CODI QR

Preinscripcions tallers CCBG

