



NUOVO CORSO GRUPPO AMBIENTALISTA

Nuovo corso di
Qigong Flow - Esercizi taoisti per il benessere
- in presenza -
condotto da Marina Silvani

Non è la solita ginnastica, ma molto di più!

Scopri il piacere di muoverti come non hai mai fatto prima partecipando a questo ciclo di incontri che uniscono la tradizione millenaria del Qigong con movimenti leggeri e flessibili per generare vitalità e benessere.

Perché sceglierlo?

Per ritrovare una connessione profonda con il tuo corpo, senza forzature; per lasciarti avvolgere da movimenti che liberano energia e flessibilità e per vivere un'esperienza diversa da qualsiasi altra pratica.

Questo corso è per te se... vuoi sentirti più vitale e libera nei tuoi movimenti; cerchi una via piacevole ed efficace per coltivare la tua vitalità e vuoi lasciare da parte lo stress e ricaricare la tua energia.

Il corso si svolge presso il Centro Yoga Mandir, Via Circo 18 Milano

10 incontri

Lunedì dalle 13:00 alle 14:00

17 febbraio lezione di prova.

Condizioni speciali per i nostri associati:

Quota Associati AGOAL € 180 con assicurazione per l'intero ciclo di incontri (la quota associativa annuale di € 40 è a carico di Agoal)

Quota aggregati € 200 + € 40 per quota associativa annuale con assicurazione.

Per info e prenotazioni contattare Marina tel. 338 3287040