

TALLER DE CHIKUNG-TAICHI



TAI CHI



EL CHIKUNG-TAICHI ES UN EJERCICIO FACIL Y SUAVE PARA TODAS LAS EDADES Y ESTADOS FISICOS:

NOS AYUDA A PONER A PUNTO NUESTRO CUERPO Y MENTE, RESOLVIENDO LAS CONTRACTURAS Y TENSIONES QUE NOS DIFICULTAN LA PRÁCTICA DE LA POSTURA DE ZAZEN.

LUGAR: CENTRO DOJO ZEN DE GRANADA(Plaza Pescadería-1)

-LUNES A LAS 12 Y MARTES Y JUEVES A LAS 20 HORAS

CLASES INDIVIDUALES Y EN GRUPO

Información e inscripciones: 620639648 (MANU)

Monitor: Manu Carmona, (práctica Chikung y Taichi desde hace 30 años y es Animador Sociocultural, Formador Ocupacional y monje zen)