

TOS  ANA
HEN

Corso di QiGong

Il qigong è un'antica ginnastica cinese basata sul riequilibrio dell'energia interna. È adatta a tutte le età. Agisce sul riequilibrio posturale, è molto indicata per i dolori osteoarticolari di qualunque tipo, soprattutto per il benessere della colonna vertebrale.

► **Lunedì e mercoledì. Ore 9.30**

Circolo Chiesa del Sacro Cuore

Via Ofanto , zona Ciliani

Martedì e giovedì . Ore 9.30

Circolo ARCI S.Andrea

Via XXVII Aprile lolo

Per info Ilaria 3296027340 o presso UISP



UISP

sportpertutti

Comitato di Prato