

Querid@ compañer@:

Siguiendo con la formación continuada, te ofrecemos información del próximo taller de CHI-KUNG.

La traducción literal de Chi-Kung vendría a ser “el trabajo de la respiración”, ya que este método terapéutico incide especialmente en la importancia de que nuestra respiración sea consciente y acompañe a cada uno de nuestros movimientos y pensamientos.

También conocida como “fuente de Juventud”, quienes la practican aseguran que les ayuda a eliminar las tensiones y es estrés del día a día y que es un auténtico caudal de paz que les aporta salud y vitalidad.

La esencia del Chi-Kung o Qi-Gong es la sincronización armónica de los tres procesos vitales, esto es, cuerpo, mente (corazón) y respiración. La tradición oriental se refiere a estos tres procesos como los “ tres tesoros”.

Lugar: Barcelona

Fecha: 1 de Marzo de 2014

Horario: de 10:30 a 13:30 horas

Precio: GRATUITO soci@s APTN-COFENAT

OFERTAS PARA EL ASOCIAD@

