



± [1]

24 gen. 2020 - 18:00h

Xerrada "L'art del Qi Gong (Chi Kung) per la salut"

Categoria: Xerrada

•

Espai Tranquil de Barbany [2]

- Adreça: *Anselm Clavé, 44*
- Telèfon: *93 879 28 16*
- *a/e: barbany.g@gmail.com*

La medicina tradicional xinesa ens aporta aquesta antiga pràctica taoïsta que consisteix en sèries de postures i moviments que esdevenen una eina per millorar i equilibrar el cos. A través de la combinació de quietud i moviment externs, aquesta pràctica genera un canvi intern que ens aporta equilibri, coherència i benestar. Els anomenats "tres tresors": essència, energia vital i consciència.

Durant aquesta xerrada, entendrem la importància d'aquest art milenari i els beneficis que en podem treure de la seva pràctica aplicada.

Impartit per: Carolina H. León - Terapeuta acupuntora i Professora de Qi Gong (Chi Kung)

Calendari

Cercador d'actes

Per paraula

Per categoria

Cerca

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen:<https://www.granollers.cat/agenda/cultura/xerrada-lart-del-qi-gong-chi-kung-la-salut?mini=2020-04>

Enllaços

[1] https://www.granollers.cat/sites/default/files/agenda/e_tranquil_can_barbany_2.jpg

[2] <https://www.granollers.cat/adreces/culturals/espai-tranquil-de-barbany>