



con il patrocinio del Comune di Lodi



L.C.Y. Laboratorio Cultura Yoga

Associazione Culturale per lo studio e la pratica dello Yoga

Tai Ji e Qui Gong, arti di consapevolezza

Incontro di introduzione alle discipline e alla pratica

“Desidero intrattenervi in una serata di presentazione e pratica di due discipline orientali; una più antica, il così detto Qi Gong, e una più recente, il Tai Ji. Attraverso queste due bellissime pratiche si cercherà di portare attenzione al proprio corpo al fine di rilassare la muscolatura e mobilizzare tutte le articolazioni. Il lavoro si farà sia in maniera statica e sia muovendoci nello spazio circostante, con la finalità di sviluppare il benessere psico-fisico”.

Angelo Morstabilini

Mercoledì 29 febbraio 2012, Ore 21

Il Laboratorio Cultura Yoga e l'istruttore Angelo Morstabilini
vi invitano a partecipare ad una serata dedicata al
Tai Ji e il Qi Gong

c/o Villa Braila, Via Tiziano Zalli 5 Lodi
sala C.A. dalla Chiesa al primo piano

L'incontro, oltre alla parte teorico-pratica, comprenderà anche
un momento di domande e risposte e la degustazione
di una deliziosa tisana offerta dalla erboristeria Erbaluce - Lodi.

Entrata libera - gradita la prenotazione - info@laboratorioculturayoga.it

info 0371 770737 - www.laboratorioculturayoga.it