

Posturale Tai Chi



A partire da mercoledì 2 ottobre - 16 incontri

Percorso Base

ore 18.30

Percorso Avanzato

ore 20.15

Il Percorso base promuove lo sviluppo della consapevolezza di sé e della propria corporeità e un pieno benessere psico-fisico. L'obiettivo della prima parte del percorso è il riequilibrio muscolo/scheletrico e cardio-circolatorio. Nella seconda parte il percorso è individualizzato a seconda delle problematiche, delle necessità strutturali e dei riequilibri da operare a livello muscolo scheletrico e psicosomatico.

Operatrice: Marcella Ferrante (Master Posturale II Livello)

Dove: a San Pellegrino Terme c/o Centro Polifunzionale Olos in via De' Medici 52