

Posturale Tai Chi



A partire da SETTEMBRE - 18 incontri

Ginnastica Posturale

ore 19.30

Tai Chi (Avanzato)

ore 20.30

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 Solumar in via De' Medici n. 48

Per info invia un messaggio  345 1140740 - 393 9788579