

QIGONG (chi-kung) delavnica na zoom
(vadba + predavanje z uporabnimi napotki)



Negovanje zdravja v času ZIME po TKM

30. – 31.1.2021 (sobota in nedelja, 17-20h)
6-urna delavnica za vaše zdravje in vitalnost

Vsebina delavnice:

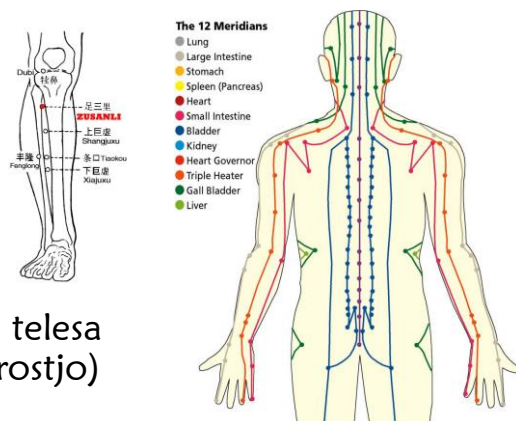
(1) Zdravilne qigong vaje

naučili se boste 8 preprostih qigong vaj
za krepitev ledvic in mehurja v času zime



(2) Samomasaža po meridianih in točkah

spoznali boste sistem 20-ih meridianov in
se naučili kako spodbuditi 8 akupunkturnih točk
za krepitev imunskega sistema



(3) Osnove TKM v praksi

spoznali boste metode in nasvete za negovanje svojega telesa
in uma skladno s tradicionalno kitajsko medicino (modrostjo)

Kotizacija delavnice: 80 eur (oz. 70 eur) na osebo

Prijava za udeležbo: do 28.1.2021 na info@taiji.si

Delavnico vodita: Chen Shining in Tina Hribar
(Pooblaščen učitelja za zdravilni qigong)

www.taijiquan-qigong.si

041 446 488

Prva TAIJIQUAN-QIGONG šola v Sloveniji

z vami smo že 28 let 

