

# Tai Chi Chuan – A

docente **Lisa Nobile**

*Arte marziale e tecnica di meditazione in movimento. Trova il suo fondamento nelle tecniche fisiche ed energetiche di collegamento mente CHI corpo. La pratica è costituita da esercizi fisici – energetici che confluiranno nella esecuzione della prima parte della forma.*

**Si dà priorità a chi non ha mai praticato Tai Chi Chuan.**



Settimanale *Giovedì*

**17:15 18:45**

*Massimo iscritti n°25*