

RIVOLTO AI SOCI E ALLIEVI ADA



MARCO BENDONI

RISCALDAMENTO ON-LINE PER DANZATORI E NON...

SABATO 7 - 14 - 21 - 28 NOVEMBRE 2020



**RISCALDAMENTO MOVIMENTI ENERGETICI QIGONG
DALLE 10:00 ALLE 11:00 - SKYPE ADA BEN ESSERE**

Lo scopo di questi incontri è di praticare insieme la presenza al proprio corpo con semplici esercizi, provenienti dall'esperienza coreutica integrata all'arte del QiGong e da movimenti energetici che venivano praticati nelle antiche scuole di saggezza per riequilibrare i nostri sistemi fisico-mentale-emozionale e sviluppare armonia e benessere.

Costo delle 4 lezioni 30,00 euro che verranno attivate con un minimo di 8 partecipanti. [Iscrizioni |chgelme@gmail.com](mailto:|chgelme@gmail.com)

**Associazione Danze Antiche Banca CREVAL Causale: Riscaldamento online
IBAN IT70B0521601630000000021589 BIC/SWIFT BPCVIT2S**

www.danzeantiche.org – infodanzeantiche.org FB ADA Danze Antiche