

∞ Tai Ji - Qi Gong ∞  
**coltivare l'energia vitale**

**ADESSO: CORSO SETTIMANALE  
AL CENTRO ANNAPURNA!**

**martedì  
ore 17:30 -18:30**



*Chi non desidera di entrare in un benefico contatto intenso con se stesso e le energie vitali?  
I movimenti meditativi e fluidi eseguiti in raccoglimento mentale donano rilassamento, equilibrio e pace interiore.  
Il Tai Ji e il Qi Gong sono antiche pratiche cinesi, forme di meditazione in movimento e in silenzio.*

**Il corso è aperto a tutte le persone interessate.  
Per informazioni e iscrizioni per favore rivolgersi a Astrid:  
078 832 46 87  
info@taiji-qigong-tanz.ch [www.taiji-qigong-tanz.ch](http://www.taiji-qigong-tanz.ch)**

**Astrid Brütsch Curti è sul sentiero del Tai Ji / Qi Gong da 1998. È insegnante diplomata e ricca d'esperienza. Da corsi in Ticino, in Svizzera interna e in Grecia.**

