

Ajuntament de Castellar del Vallès

La proposta tindrà lloc al parc de Colobrers.
La proposta tindrà lloc al parc de Colobrers.

Diumenge 17 de desembre de 2017

Proposta

Pràctica de Qi Gong (Chi Kung)

El Qi Gong (Chi Kung) és una pràctica corporal xinesa d'origen mil·lenari basada en la circulació del Qi, l'energia vital o alè de vida que circula i anima totes les coses. A través de l'exercici de postures i moviments suaus i harmònics, així com de la regularització de la respiració, el Qi Gong permet preservar i cultivar la salut, restaurar l'equilibri emocional i descobrir o desenvolupar capacitats innates o latents.

Si vols conèixer aquesta disciplina, vine a practicar una estona el diumenge, 17 de desembre, al Parc de Colobrers.

Horari | De 10.30 a 11.30 h

Destinataris | Públic general

Organitza | Associació Cultural per l'Ensenyament del Qi Gong

Programa | [Cicle Nadalenc 2017](#)

Ajuntament de Castellar del Vallès · Passeig Tolrà, 1 | 08211 Castellar del Vallès |
Tel. 93 714 40 40