



CORSI QIGONG E DOYIN

	CORSO	SPECIFICHE	GIORNI E ORARI
 <p>TAIJINEIGONG</p>	<p><i>TAIJIQIGONG: È IL SISTEMA CHE NELLA SUA SPECIFICITÀ CONTEMPORANEA, OLTRE AGLI ASPETTI SALUTISTI, ANCHE TUTTI QUEGLI AMBIENTI ADATTABILI ALLA VITA STESSA DI OGNI INDIVIDUO.</i></p>	<p><i>CONSIGLIATO A COLORO CHE HANNO GIÀ UNA ESPERIENZA NEL QIGONG IN GENERALE E COMUNQUE A COLORO CHE DESIDERANO COMBINARE LA PROPRIA ESPERIENZA CON IL LORO VIVERE QUOTIDIANO ED OGNI ESIGENZA PERSONALE.</i></p>	<p>MATTINO: MARTEDÌ: DALLE 8,30 ALLE 11,00 CORSO INTEGRATO: MEDITAZIONE-QIGONG-TAIJIQUAN</p>
 <p>QIGONG E MEDITAZIONE CHAN</p>	<p><i>È LA DISCIPLINA PIÙ COMPLETA E CHE HA ORIGINI PROFONDE NELLE DIFFERENTI CULTURE ORIENTALI. I METODI SEMPLICI E LE TECNICHE PSICOCORPOREE SONO QUELLE CHE PIÙ DI OGNI ALTRE HANNO INFLUENZATO TUTTO LA CULTURA TERAPEUTICA E DEL BENESSERE PSICO-CORPOREO ODIERNO.</i></p>	<p><i>CONSIGLIATO AD UN LIVELLO PRINCIPIANTE. O PER UN CONFRONTO CON LA PROPRIA CONOSCENZA PRATICA. IDONEO A CHI GIÀ PRATICA DISCIPLINE COME YOGA, TRINING AUTOGENO ED ALTRO ANCORA.</i></p>	<p>POMERIGGIO: MERCOLEDÌ: DALLE 17,00 ALLE 18,00: DOYIN E TAIJIQUAN</p>
 <p>DOYIN QIGONG</p>	<p><i>CONOSCIUTA DAI PIÙ COME LA GINNASTICA ORIENTALE È INVECE ALL'ORIGINE UNA VERA E PROPRIA SCIENZA CHE SI COMBINA CON LA MEDICINA TRADIZIONALE CINESE. DA ESSA HANNO ATTINTO DISCIPLINE COME IL PILATES, POWER YOGA PER CITARNE ALCUNE.</i></p>	<p><i>CONSIGLIATO AD UN LIVELLO PRINCIPIANTE È COMUNQUE A TUTTI COLORO CHE DESIDERANO UNA DISCIPLINA DI CONFRONTO E PROVENGONO DA ALTRE ESPERIENZE SIA SPORTIVE CHE MARZIALI.</i></p>	<p>SERALE: GIOVEDÌ: DALLE 18:30-20:30: CORSO INTEGRATO TAIJIQUAN-QIGONG - MEDITAZIONE</p>

CENTRO IACMA

VIA SONVICO 9
(zona Resega)

CH 6952 CANOBBIO

Tel.+ Fax: +41 91 941 78 66

Mobile: +41 79 409 52 94

E-mail: info@iacma.com

<http://www.iacma.com>

GLI ELEMENTI FISICI E DI IGIENE PSICHICA PRESENTI IN QUESTA DISCIPLINA HANNO ORIGINI MOLTO PROFONDE E SI PERDONO NELLA STORIA DEL MONDO ORIENTALE. L'ESSERE UMANO VISTO NELLA SUA FORMA TRIDIMENSIONALE, CHE INTEGRA IL CORPO, LA MENTE E LO SPIRITO, SI ADOPERA NELLA PRATICA SENZA SFORZO, AFFINCHÈ LE SUE AZIONI SIANO FRUTTO DELLA COSCIENZA INTERIORE.

IL QIGONG È UNA DISCIPLINA CHE, PER LE SUE CONOSCENZE MEDICO-SCIENTIFICHE E FILOSOFICHE, INFLUENZA FAVOREVOLMENTE TUTTI I CONTESTI AMBIENTALI DELL'AZIONE DELL'INDIVIDUO E DELLA SUA REALTÀ QUOTIDIANA (SPORTIVA, FISICA TERAPEUTICA, CULTURALE, LAVORATIVA, SCOLASTICA ECC..)È PER QUESTO CHE IL QIGONG È IDENTIFICATO COME L'ELISIR DI LUNGA VITA.