A Lecce due giornate per imparare il Tai Ji Quan e il Nei Kung Fu

LECCE – Si terrà a Lecce sabato 23 e domenica 24 aprile, presso la sede di Astragali Teatro, un nuovo incontro di Wellbes, due giornate dedicate alle arti marziali e ai trattamenti energetici metodo Bes.

A condurre la pratica di Tai Ji Quan e Nei Kung Fu Shibo Giovanni Giudice, istruttore avanzato della Scuola Body Energy System guidata da Shifu Stefano Stefanelli.

Tanti i benefici della pratica di queste arti marziali, tra cui: scoprire il proprio corpo come frequenza, esprimere e gestire al meglio le proprie emozioni, riconoscere e gestire al meglio la propria aggressività, imparare a cedere, stare bene insieme e vivere un'esperienza bella e indimenticabile.

Nel pomeriggio spazio anche all'aspetto terapeutico con i trattamenti shiatsu/ tuina per un riequilibrio energetico e un miglioramento del proprio stato psico-fisico, con operatori olistici qualificati della scuola Body Energy System.

Per maggiori informazioni sul Tai Ji Quan e il Nei Kung: www.bodyenergysystem.it

Per info e prenotazioni alla lezione di gruppo, ai trattamenti e ai personal:

Jiaoshi Lenia Gadaleta Tel. 388 403 34 18