



PRATICHIAMO
IL QIGONG DEI SEI SUONI
E GLI ESERCIZI STAGIONALI
PER MANTENERSI IN SALUTE

Per migliorare la forma fisica e
mantenere il corpo flessibile
aumentare concentrazione e memoria
accrescere l'energia vitale, vincere lo stress
con esercizi piacevoli e armoniosi



Tutti i mercoledì a partire dal
15 MARZO
Ore 18,30 – 19,30

Info:
A.S.I.M.T.C.
V.le Tunisia 37 - Milano
Marina Silvani

e-mail: marishen65@hotmail.com

cell: +39 338.3287040