



LEZIONE INTRODUTTIVA DI
AIKISHINTAISO
DIRETTA DA
MARCO FAVRETTI KYOSHI

LUNEDÌ 1 APRILE
21-22:30

c/o PALESTRA SCUOLA A.SERENA
VIA GOBETTI 4 – TREVISO

Disciplina di riequilibrio posturale ed energetico. Comprende esercizi di meditazione, respirazione e sviluppo dell'energia interna.

La pratica conduce ad un maggiore benessere psicofisico e permette di affinare la propriocezione e la coscienza di sé.

L'Aiki Shin Taiso può essere praticato da tutti e costituisce un utile apporto per chi pratica discipline orientali, danza, canto, teatro.

La lezione è gratuita e aperta a tutti. Consigliato abito comodo o dogi da arti marziali.

PER ALTRE INFORMAZIONI CHIAMARE 331 3263098 - 328 4864364
O CONSULTARE IL SITO WWW.FORMAZIONE-AST.COM