



ASSOCIAZIONE NATURISTA RAVENNATE

Incontro Pubblico

Qi Gong e salute



Mercoledì 24 ottobre 2018

ore 20,45

Casa del Volontariato

Via Sansovino, 57 Ravenna

Relatore **Marco Turchetti**

Insegnante di Qi Gong, operatore olistico.

La pratica del Qi Gong ha l'obiettivo di recuperare e mantenere un buon stato di salute psicofisico, di riportarci ad una condizione naturale, semplice e rilassata aumentando però tutte le nostre facoltà e prestazioni. La pratica del Qi Gong si avvale di esercizi corporei, mentali e dell'addestramento all'utilizzo dell'energia vitale.