

СЕМИНАР

первая ступень Чжун Юань

ЦИГУН

С 19 по 23 декабря 2009



podnebesnaja.ru

ул. Строителей 1, 2-й этаж, Поднебесная
Инструктор Наталья Капырина, т. 2-88-33

Первая ступень — для начинающих, опыт и специальные знания для участия не требуются. Первый день семинара (суббота 19 декабря) **можно посетить бесплатно**, на нём вы познакомитесь с практикой цигун, сможете задать вопросы, понять, подходит ли эта практика вам. Продолжительность семинара **5 дней по 3 часа, начало в 18:00**. Стоимость семинара 3000 рублей. Дополнительная информация и запись на семинар по телефону **2-88-33, +7 926 531 5041**, или на **podnebesnaja.ru**

Цигун — практика, система упражнений, направленная на **укрепление здоровья, саморегуляцию организма, развитие способностей человека, познание себя и мира**. Практика цигун возникла в древнем Китае, это основа китайских боевых искусств и традиционной медицины.

Центральный сайт школы Чжун Юань цигун **zyq108.com**