

# TAI CHI RELAX



Nos complace informarles el inicio de las clases de Tai chi

Profesor: : Juan Carlos – Profesor de Psicología – Discípulo de CENTRO  
CEITAI

**Lo suave vence a lo duro - mantener el centro de gravedad bajo y equilibrado - alternancia del peso en las piernas y brazos-**

**- Circularidad fluidez valoración del Yin y del Yang - Control interno de la mente del cuerpo y de las emociones, dirección del Gi -**

**y por supuesto, relajación y vacío..**

**Un curso de calidad y muy completo  
NO TE LO PIERDAS!**

LUGAR: Sanoaktiv-Estudio Danzas del mundo.  
Inscripción: Consultar horarios en recepción telf., vía email. Personalmente  
**PLAZAS LIMITADAS.**