



arti del **Taoist Tai Chi™**

Lascia andare lo stress...

Praticare il **Taoist Tai Chi™** è un modo ottimale per abbandonare ansie e preoccupazioni.

Ognuno di noi sperimenta stress, nel lavoro, nelle relazioni o per salute. Siamo anche costantemente bombardati da inquietanti notizie su ciò che accade nel mondo

Come possiamo trovare sollievo da tutte queste ansie e agitazioni?

Il Taoismo insegna che la preoccupazione è un tipo di attaccamento, un "agganciare il cuore". Attraverso la pratica del **Taoist Tai Chi™**, mentre scopriamo come lasciar andare, i nostri cuori si rilassano e diventano gradualmente più leggeri e meno duri.

Vieni a provare gratuitamente

Iscrizioni sempre aperte

Ogni martedì dalle 15:00 alle 16:00

Palestra NIC 3 piano -1

Per informazioni:

mail - firenze@taoisttaichi.org

cell- **324 6209388**



YouTube.com/user/ITTCS

Associazione Tai Chi Taoista -Italia

Associazione culturale senza scopo di lucro C. F.9408993048

E-mail: italy@taoisttaichi.org www.taoisttaichi.org

Sede Legale: Via Lorenzo il Magnifico, 26 50129 Firenze

® ™ Trademarks of Certmark Holdings Co. Ltd., in uso dietro licenza del Fung Loy Kok Institute of Taoism Fung Loy Kok Taoist Tai Chi ®