

Gimnastyka chińska Tai Chi Chuan

Wpisany przez jutw

środa, 07 grudnia 2016 19:50 - Poprawiony piątek, 28 września 2018 08:42

Zarząd JUTW ogłasza nabór chętnych do udziału w **gimnastyce Tai Chi Chuan**. Tai Chi Chuan, określane czasem jest jako medytacja w ruchu, to stara chińska sztuka harmonijnych i delikatnych ćwiczeń zapewniających doskonałe zdrowie i redukujących stres, odpowiednia dla ludzi w każdym wieku. Jeśli chcesz sobie zapewnić długowieczność i sprawność do końca zacznij już dziś. Zajęcia poprowadzi wykwalifikowany mistrz Tai Chi Chuan pan Smykowski.