

# SCUOLA VINHXUAN

Sapiente Allenamento e Mirata Disciplina



Il corso si svolgerà presso l'Associazione Liberi di Essere  
Via Fratelli Rosselli 4, Arona (NO)  
Sito: <https://www.liberidiessere.net>

## CORSO DI QI GONG

Qi Gong: l'antica disciplina cinese per la cura della salute, che coinvolge mente, corpo e respiro.

### COSA IMPARERAI

Seguendo le nostre lezioni imparerai a:

- rilassare il corpo;
- coltivare una mente calma, tranquilla e centrata;
- nutrire il corpo attraverso il controllo del respiro;

**PRESENTAZIONE E PROVA GRATUITA**

**MARTEDÌ 21 SETTEMBRE**  
**ORE 19.15-20.15**

### IMPORTANTE

Per seguire le lezioni in aula è necessario essere in possesso del Green Pass.

Chiunque non possieda il Green Pass potrà comunque seguire le lezioni ONLINE.

### PER CONTATTARCI

347.879.8805

[info@vinhxuan.net](mailto:info@vinhxuan.net)

**INFORMAZIONI SUL QI GONG DEL VINX XUAN**

<https://vinhxuan.net>