



i Ricostruttori
nella preghiera

DOMENICA 4 MAGGIO

ore 11:00

QIGONG DELLA PRIMAVERA



ingresso libero

**Con il MAESTRO
WEN ZHONG YOU**

La Primavera è il risveglio della natura, visibile nel verde dell'erba, nei colori dei fiori e degli alberi

germogliati, e dentro l'organismo anche il corpo tende verso movimenti di espansione, ed è il fegato l'organo che associato a questa stagione, con il compito di purificare l'organismo e prepararlo al rinnovamento.

Gli esercizi di QI GOING per la Primavera sostengono l'organismo in questa trasformazione.

Moviamo i nostri corpi e sintonizziamo con l'energia cosmica della Primavera il respiro, i movimenti e i pensieri per proteggere la nostra salute!

Pranzo condiviso - ore 17:45 meditazione a seguire la messa

Cascina Santa Croce

Località Castiraga 4 Castiraga Vidardo Lo

Info 3338530344-3442829504

www.iricostruttori.org