

## **ASD Taijiquan e Qi Gong Ancona - Taiji Ancona**

### **I corsi**

AutoreAdmin

Pubblicato19/3/2014 16:02

La scuola tiene **corsi separati in base al diverso grado di apprendimento**, pertanto nell'™insegnamento delle discipline descritte in questo sito si tiene conto del diverso livello derivante dal tempo di pratica di ogni allievo.

I corsi prevedono inoltre l'™insegnamento, nell'™ambito delle lezioni annuali e con seminari aggiuntivi, dei principi filosofici che sono alla base di queste discipline e dei concetti fondamentali della Medicina Tradizionale Cinese.

La scuola inoltre organizza, in aggiunta alla normale attivit  :

- **Stages di Taijiquan**

- **Stages di Qi Gong**

- **seminari di Qi Gong e schemi di Dietetica Cinese** che preparano l'™organismo ad affrontare con armonia le diverse stagioni

- **Programmi di esercizi mirati per disturbi specifici**, da effettuarsi singolarmente o in piccoli gruppi (max 4 persone) con disturbi comuni, come dolori alla zona cervicale, mal di schiena, insonnia, stress, astenia, ecc.

- **Lezioni individuali o per gruppi di max 4 persone**, in collaborazione con lo Studio di Massaggio Tuina, tecniche complementari della Medicina Tradizionale Cinese e Ginnastiche Mediche Cinesi di Lucia Luciani ([www.studiotuina.it](http://www.studiotuina.it) - 338.2564308)

- **Corsi gratuiti al tramonto nel mese di giugno** presso il Parco del Forte Altavilla a Pietralacroce di Ancona

[Clicca qui per scoprire subito quali sono le Attivit  attualmente in corso organizzate dalla nostra associazione!](#)