

[Home](#) / [Eventi](#) / QIGONG IN PIAZZA CON UNITO

## QIGONG IN PIAZZA CON UNITO

[No Comments](#) | [27 Maggio 2021](#) | [in Eventi, News](#) |

A partire dal 6 giugno 2021 si terranno i quattro incontri di Qigong organizzati dall'Istituto Confucio saranno del tutto gratuiti e si svolgeranno interamente all'aperto in **Piazzale Valdo Fusi**.

Che cos'è il **Qigong**? E' l'antica disciplina del **Daoyin** vanta in Cina duemilacinquecento anni di storia, ed è considerata una branca fondamentale della medicina tradizionale cinese ed è caratterizzata da movimenti lenti, fluidi e armoniosi. Si tratta di una pratica che mira alla purificazione di corpo e spirito, adatta a ogni fascia di età, che tramite esercizi di riequilibrio energetico mira a migliorare metabolismo e facoltà motorie, mentre esercita un effetto rilassante sul sistema nervoso.

L'Istituto Confucio dunque, nel presentare una sfaccettatura della cultura cinese, si propone anche di creare un'occasione di "socialità sicura", focalizzata sul benessere psicofisico e sulla salute dei cittadini.

**Le date:** domenica 6, 13, 27 giugno e 4 luglio

**Dove:** piazzale Valdo Fusi, Torino

**Orario:** dalle 10.00 alle 11.30

**Modalità di partecipazione** (posti limitati): registrati tramite il modulo al seguente [link](#)

[cina](#) [CONFUCIO](#) [corsi](#) [cultura](#) [QIGONG](#) [studyintorino](#)