
EVENTI / CORSI

Quest'estate a Torino si pratica il Qigong in piazza

★★★★☆

**DOVE**

Piazzale Valdo Fusi

QUANDO

Dal 06/06/2021 al 04/07/2021

10-11.30

PREZZO

GRATIS

ALTRE INFORMAZIONI

Redazione

01 giugno 2021 12:03



Programmati a ottobre 2020 e poi rinviati a causa dell'emergenza sanitaria, i quattro appuntamenti con il Qigong in piazza si terranno tra giugno e luglio 2021 a Torino. Gli incontri organizzati dall'Istituto Confucio dell'Università di Torino saranno del tutto gratuiti e si svolgeranno interamente all'aperto in Piazzale Valdo Fusi. L'Istituto dunque, nel presentare una delle molteplici sfaccettature della cultura cinese, questa volta si propone anche di creare un'occasione di "socialità sicura", focalizzata sul benessere psicofisico e sulla salute dei cittadini.

A partire da domenica 6 giugno, quindi, appuntamento la domenica mattina dalle 10.00 alle 11.30 in piazzale Valdo Fusi, previa prenotazione obbligatoria sul sito web dell'Istituto Confucio. Conosciuta in occidente con il termine generico di Qigong e caratterizzata da movimenti lenti, fluidi e armoniosi, l'antica disciplina del Daoyin vanta in Cina duemilacinquecento anni di storia, ed è considerata una branca fondamentale della medicina tradizionale cinese. 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.

Livia Dutto, nata a Cuneo nel 1951, è Maestro cintura nera 3°duan di Kung Fu Wushu. Dopo diversi anni di pratica nelle discipline del Taijiquan, del Qigong e del Bagua zhang, presso l'Istituto per l'Educazione Fisica di Pechino intraprende il percorso di apprendimento del Daoyin yangshengong e si specializza nelle forme con spada e ventaglio del Taijiquan. Nel 2008 ottiene il titolo di Campionessa Italiana (Cat.Over) negli Stili Tradizionali Esterni ai Campionati Italiani 2008 di Viagrande (CT). Dal 2008 al 2012 è Delegata Regionale del Piemonte della FIWuK – Federazione Italiana Wushu Kungfu. Insegna Daoyin yangshengong, Taijiquan, Taijijian, Taijishan.

Modalità di partecipazione:

I posti sono limitati, per partecipare è necessario registrarsi sul sito dell'Istituto Confucio dell'Università di Torino a questo link:

<https://istitutoconfucio.torino.it/qigong-in-piazza-a-partire-dal-6-giugno-2021/>

Le iscrizioni ai primi due appuntamenti (6 e 13 giugno) aperte da lunedì 24 maggio

Le iscrizioni ai primi due appuntamenti (6 e 13 giugno) aperte da lunedì 24 maggio.

Le iscrizioni al terzo e al quarto incontro (27 giugno e 4 luglio) si apriranno lunedì 14 giugno.

Le date: domenica 6, 13, 27 giugno e 4 luglio (è previsto un recupero nel caso una data venga annullata causa maltempo).