

## PROGRAMA

### CHI KUNG TERAPÊUTICO

PROF. MARIA ADELAIDE GONÇALVES

O Chi Kung Terapêutico tem como objetivo principal trabalhar harmoniosamente a energia. É apropriado para todas as idades. Através de exercícios apropriados que envolvem corpo, mente e respiração, o praticante vai desenvolvendo para além da vitalidade, uma nova postura física e emocional.