

## TALLER: TXIKUNG

**Nom del/a tallerista:** Harald V Uccello

**Currículum del/a tallerista:** Artista Multimedia

10 años de Estudios & practicas de Qigong  
con Dr. Cai Jian del instituto de medicina tradicional Chino,  
con Maï T Chi profesora de Qi Gong y con Marisol Escalera maestra  
Tai Chi.

Da clases de Qigong semanales en el Casal de Barri Pau de la Figueras  
y en el parc de la Estació del Nord

**Explicació del taller / Metodologia d'aprenentatge:** Iremos aprendiendo las  
18 formas de Tai Chi Qigong que son una combinación de movimientos  
de Tai Chi y métodos de Qigong que regulan el cuerpo, los órganos y la  
respiración para inducir el qi y calmar el espíritu, siguiendo así los  
meridianos, reconciliando el qi y la sangre, para fortalecer el cuerpo y la  
mente y prolongar la vida en buena forma.

**Persones a les què va dirigit:** Apto para todas las edades.

**Requisits:** ropa comoda, zapatillas de deporte

**Què cal portar:**

**Altres anotacions:**

- 
- *La inscripció es farà efectiva un cop hagueu abonat l'import corresponent. El pagament es pot fer en efectiu o amb targeta.*
  - *El Centre es reserva el dret de **suspendre els tallers** que no tinguin un nombre mínim de persones inscrites o per qualsevol altre motiu que afecti el bon funcionament de l'activitat. En aquest cas, es retornarà l'import abonat i els suplementes de material.*