"Darsi Pace - Templa"

Un corso di ginnastica dolce, mobilità, elasticità, basi del Qi Gong, della biomeccanica del corpo e della salute a 360°, offerto on line gratuitamente a tutti i praticanti di Darsi Pace.

Questo corso ha l'obiettivo di riconnetterci col nostro corpo e il nostro "respiro", incrementare la nostra salute fisica ed energetica ed offrire una propedeutica fondamentale integrabile con la pratica meditativa insegnata da Marco, liberando tensioni, blocchi muscolari e respiratori, che rendono la pratica stessa a volte "scomoda" e bloccata.

E’ possibile seguire il corso sulla pagina facebook Templa - Darsi Pace

Contatti:

[gabriele.broglia@yahoo.it](mailto:gabriele.broglia@yahoo.it)

Facebook - TEMPLA - Darsi Pace

WhatsApp - 339 7641245

Instagram dr\_broglia