

ŚWIATOWY DZIEŃ TAI CHI W ŁDK

Co roku, w ostatnią sobotę kwietnia, na całym świecie obchodzony jest **ŚWIATOWY DZIEŃ TAI CHI i QI GONG**. W ten sposób przez całą Ziemię, wraz z rozpoczynającym się dniem, przetacza się fala treningów.

By uczcić ten dzień, Łódzki Dom Kultury zaprasza na **otwarte, bezpłatne warsztaty połączone z pokazem**, które poprowadzi **JAGODA KUNIKOWSKA** - praktykująca Qi Gong od 25 lat, czerpiąca wiedzę bezpośrednio od Chińskich Mistrzów, tak Qi Gong jak i Tai Chi. Posiada uprawnienia uznawane przez Ministerstwo Sportu, jak i Chiński Związek Wu Shu.

Prowadzone w ŁDK zajęcia mają charakter wybitnie prozdrowotny - łączą ćwiczenia fizyczne z rozległą wiedzą z zakresu Tradycyjnej Medycyny Chińskiej w jedną, niezwykle korzystną dla uczestników całość.