

Atelier personale di Aikishintaiso diretto da Marco Favretti

Consiste nella pratica quotidiana dell'aikishintaiso seguendo un programma di esercizi personalizzati che viene rinnovato ad ogni incontro del ciclo sulla base di una rilevazione della postura personale. Richiede un lavoro con il corpo di circa 30 minuti al giorno. E' una proposta rivolta a coloro che hanno già le basi tecniche per la pratica autonoma dell'aikishintaiso. Costo 150 euro.

Date incontri 2019-20: mercoledì 21-22.30

23 ottobre/20 novembre/18 dicembre/18 marzo
22 aprile/20 maggio

Presso ZOO Contenitori Culturali
Via Dietro duomo 14/A, Padova

Informazioni e iscrizioni: 331 3263098
formakast@gmail.com

