Lezioni di Spada giapponese e Crescita personale

Luogo **Emilia-Romagna, Bologna**
https://www.annuncici.it/x-654482-z

Ti piacerebbe imparare un'arte millenaria come la pratica della spada giapponese, ovvero della katana?
Magari ti ha sempre appassionato il mondo dei samurai e vorresti imparare a maneggiarla in modo sicuro, fluido e concentrato.

Ora puoi!

Sono un praticante appassionato da più di 15 anni di discipline orientali e più esattamente di spada giapponese tradizionale.

Impartisco lezioni private, o a piccoli gruppi di massimo 3/4 persone, per chi desidera imparare principalmente l'utilizzo della katana per raffinare il proprio equilibrio corpo-mente.
(Per l'addestramento, la pratica e gli esercizi verrà usato un bokken ovvero una katana di legno)

Le lezioni saranno concordate direttamente con l'allievo e saranno implementate oltre che con la pratica della spada e un riscaldamento adeguato, anche con brevi sessioni di respirazione, concentrazione/visualizzazione e meditazione.

Le lezioni, oltre ad essere accessibili ad adulti maggiorenni di tutte le età, sono consigliate a tutti quelli che ricercano un'ottima salute fisica, una costante concentrazione nel proprio stile di vita e una serenità e consapevolezza nella frenetica routine di tutti i giorni.

Scrivimi se sei interessato o desideri altre informazioni.

Ti aspetto per una prova gratuita!

Lezioni di Spada giapponese e Crescita personale
https://www.annuncici.it/x-654482-z
Lezioni di Spada giapponese e Crescita personale
https://www.annuncici.it/x-654482-z
Lezioni di Spada giapponese e Crescita personale
https://www.annuncici.it/x-654482-z
Lezioni di Spada giapponese e Crescita personale
https://www.annuncici.it/x-654482-z
Lezioni di Spada giapponese e Crescita personale
https://www.annuncici.it/x-654482-z
Lezioni di Spada giapponese e Crescita personale
https://www.annuncici.it/x-654482-z
Lezioni di Spada giapponese e Crescita personale
https://www.annuncici.it/x-654482-z
Lezioni di Spada giapponese e Crescita personale
https://www.annuncici.it/x-654482-z
Lezioni di Spada giapponese e Crescita personale
https://www.annuncici.it/x-654482-z
Lezioni di Spada giapponese e Crescita personale
https://www.annuncici.it/x-654482-z