



Lecciones de Tai-chi (Spanish Edition)



Descargar



Leer En Linea

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Lecciones de Tai-chi (Spanish Edition)

Walter Lorini

Lecciones de Tai-chi (Spanish Edition) Walter Lorini

- * Ya conocido por los aficionados como Tai-Chi-Chuan (según la vieja grafía), es un arte marcial suave.
- * Llamado también técnica de la larga vida o movimiento del universo, el Tai-Chi es un arte marcial y una técnica para potenciar la salud.
- * Con movimientos de estiramiento y ejercicios respiratorios, el Tai-Chi puede hacer más flexible y sensible su físico, previniendo la aparición de un buen número de achaques, de mayor o menor importancia.
- * Con este libro lo aprenderá todo en su casa, guiado por uno de los más grandes maestros internacionales.
- * Más de 200 fotografías didácticas, dibujos y un texto claro ayudarán a no equivocarse y a progresar hasta el máximo nivel.
- * Desde los ejercicios de relajación hasta las técnicas de defensa personal, una guía para principiantes y expertos.

Walter Lorini, gran apasionado de las artes marciales, inició la práctica del Tai-Chi en 1978. En 1987 fue seleccionado para participar en los primeros campeonatos mundiales de Tai-Chi organizados por la China Popular y fue premiado con la medalla de oro en la especialidad de Tai-Chi con espada. Desde 1988 hasta 1999 frecuentó con asiduidad el centro Tai-Chi de Shanghai. En 1989 ganó los campeonatos europeos de Barcelona y fue nombrado capitán del equipo nacional italiano. En 1990 fundó la PWKA (Professional Wushu Kung Fu Association), de la cual es actualmente presidente. Director de la revista I segreti del Kung Fu Wushu, es también promotor del festival de Tai-Chi, reunión anual de todas las escuelas de Tai-Chi. En la actualidad enseña en el Centro del Benessere Naturale Jing qi en Milán, y es el responsable del ayuntamiento de Milán para la promoción del movimiento deportivo del Tai-Chi y Chi-Kung.

 [Descargar Lecciones de Tai-chi \(Spanish Edition\) ...pdf](#)

 [Leer en línea Lecciones de Tai-chi \(Spanish Edition\) ...pdf](#)

Descargar y leer en línea Lecciones de Tai-chi (Spanish Edition) Walter Lorini

Format: Kindle eBook

Download and Read Online Lecciones de Tai-chi (Spanish Edition) Walter Lorini #D7Y43RFXJWV

Leer Lecciones de Tai-chi (Spanish Edition) by Walter Lorini para ebook en líneaLecciones de Tai-chi (Spanish Edition) by Walter Lorini Descarga gratuita de PDF, libros de audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea, reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer, PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros Lecciones de Tai-chi (Spanish Edition) by Walter Lorini para leer en línea. Online Lecciones de Tai-chi (Spanish Edition) by Walter Lorini ebook PDF descargarLecciones de Tai-chi (Spanish Edition) by Walter Lorini DocLecciones de Tai-chi (Spanish Edition) by Walter Lorini MobipocketLecciones de Tai-chi (Spanish Edition) by Walter Lorini EPub **D7Y43RFXJWVD7Y43RFXJWVD7Y43RFXJWV**