



**Castelletto Ticino**

Presso la meravigliosa **SPIAGGIA** del  
**CAMPING LIDO VERBANO**



**OPEN DAY**  
**Lunedì 6 giugno 2022**  
**9.30÷10.30**

**NEW!**

Corso di **TAI CHI**

Tutti i **LUNEDI'** dalle 9.30 alle 10.30



☺ English lesson available

☺ Corso anche per  
esterni

**Docente: Barbara Malinverno**

*Maestra nazionale Coni/Csen*

*Diplomata presso la Nanjing Taiji School in Cina*



**Info&prenotazioni: *Camping* 391.1833093**

**Barbara 329.7904751 – [info@disciplinetaoiste.it](mailto:info@disciplinetaoiste.it)**





Barbara Malinverno studia e pratica Discipline Orientali da più di 30 anni.

Ha approfondito il Tai Chi codificando la **Ginnastica Posturale Taoista**.

Collabora a livello nazionale con Medici Occidentali e Orientali sostenendo il grande tema della **Prevenzione**.

Creatrice del metodo **Invecchiamento Attivo** per la 3°, 4° e 5° età.

Collabora con le attività parascolastiche della Scuola Europea di Varese.



Il **TAI CHI** è considerata a tutti gli effetti una «Meditazione in movimento».

Allenare il Corpo e quietare la Mente permette di tornare a uno stato di Benessere energetico naturale.

Movimenti lenti, circolari ma profondi che mantengono un corpo elastico e una mente attiva.

**DISCIPLINE  
TAOISTE** 

[www.disciplinetaoiste.it](http://www.disciplinetaoiste.it)



*Disponibile nelle librerie italiane ed Internet:*

**IL LIBRO TAI CHI e POSTURA.**  
*di Barbara Malinverno.*

*Edito da Tecniche Nuove, Milano.*

*A breve usciranno anche i Video\_Corsi*