

Clásicos del tai.chi: Su historia y sus autores

Fernández De Castro, Ángel

Editorial: Ediciones Tao

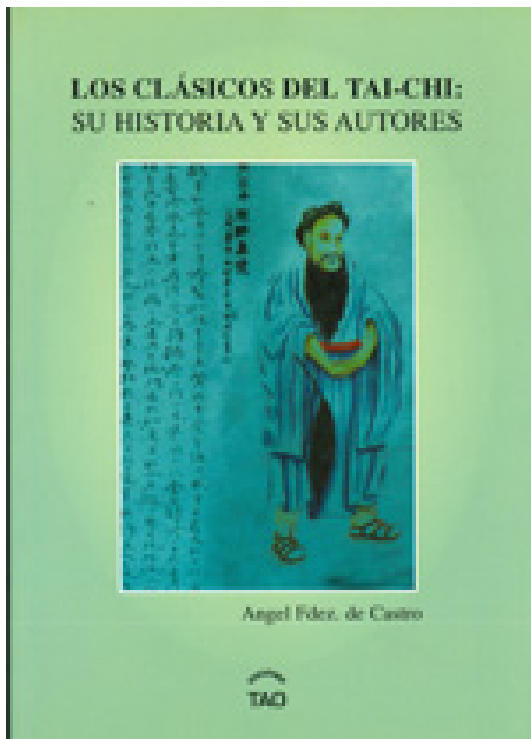
ISBN: 9788493254780

Páginas: 268

Dimensiones:

Encuadernación: Rústica

PVP.: 16,00 €



SINOPSIS

El Tai-chi es un antiguo arte chico basado en conceptos que provienen del Taoísmo y de la Medicina Tradicional China. Es un arte de defensa personal que está basado en la relajación y que promueve el bienestar físico y mental.

Los clásico del Tai Chi, de este arte son los textos realizados por aquellos maestros que dominaon el arte y dejaron constancia de sus escritos poniendo así las bases del Tai Chi.