

Salud y bienestar con el chi kung

Boillat De Corgemont, Marc, Dr.

Editorial: Alas

ISBN: 9788420304274

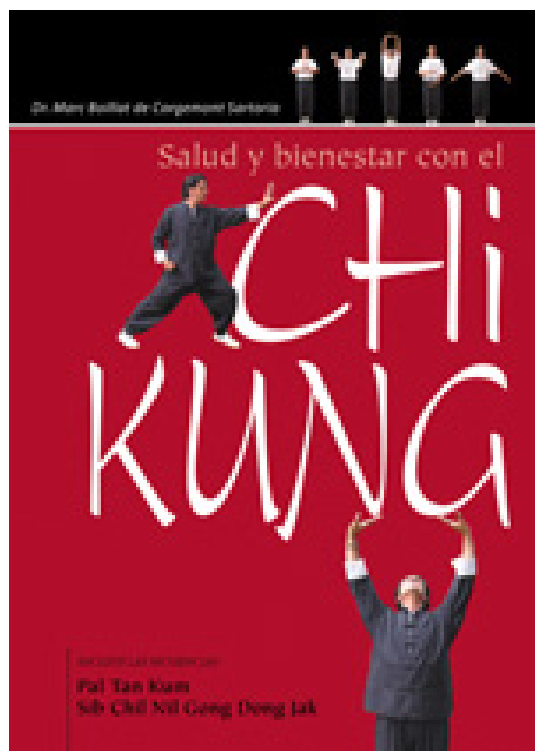
Páginas: 144

Dimensiones: 17 x 24 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 12,00 €

Colección: Kungfu - Taichi - Chikung



SINOPSIS

El presente volumen, tras un inciso introductorio sobre los orígenes del Chi kung, ilustra y explica las dos inéditas secuencias que el autor aprendió del maestro Shin Dae Woung: PAL TAN KUM (ocho piezas de oro), de raíz taoísta y marcadamente marcial, y SHIB CHIL NIL GONG DONG JAK (17 movimientos de preparación de la energía interna), forma meditativa circular de origen budista.