



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

I shin den shin

[http://www.dacuoreacuore.it/e107\\_plugins/content/content.php?content.1315](http://www.dacuoreacuore.it/e107_plugins/content/content.php?content.1315)

Pagina 1/1

---

### **Zhineng Qigong e Taiji ball**

mariagrazia, giovedì 05 dicembre 2019 - 13:22:00

La pratica della Taiji ball è stata creata nel 1999-2000 dal dottor Pang Ming di Zhineng Qigong e si concentra su due elementi molto importanti della pratica Taiji: muovere braccia, mani, e la parte inferiore della schiena con l'uso della forza a spirale, dove la mente si fonde con il qi nell'eseguire i movimenti, guidandoli.

Leggi quello che ho scritto e vedi i video [qui](#).