

Мастер-класс по саморегуляции состоится в музее «Царицыно»

24.05.2017

В музее-заповеднике «Царицыно» состоится мастер-класс по Цигун 27 мая.

Цигун – это древнее китайское искусство саморегуляции организма. Посетители узнают все о правильном питании и здоровом образе жизни.

Проведет занятие член Российского философского общества и специалист по лечебной физкультуре, гранд-мастер школы «Укедокай» Тарас Сафронов.

«Тайцзицуань и цигун – это оздоровительные практики, упражнения по саморегуляции. После таких занятий у людей нормализуется обмен веществ, психическое состояние, усиливается концентрация внимания и, конечно, появляется хорошее настроение», — комментирует Тарас Сафронов газете «Бирюлево Восточное».

Начало мероприятия в 11 часов.

Адрес страницы: <http://bv.mos.ru/presscenter/news/detail/6029289.html>

[Управа района Бирюлево Восточное](#)