



Lecciones de Tai-chi

Lorini, Walter

De Vecchi Ediciones,
2016

Monografía

* Ya conocido por los aficionados como Tai-Chi-Chuan (según la vieja grafía), es un arte marcial suave. * Llamado también técnica de la larga vida o movimiento del universo, el Tai-Chi es un arte marcial y una técnica para potenciar la salud. * Con movimientos de estiramiento y ejercicios respiratorios, el Tai-Chi puede hacer más flexible y sensible su físico, previniendo la aparición de un buen número de achaques, de mayor o menor importancia. * Con este libro lo aprenderá todo en su casa, guiado por uno de los más grandes maestros internacionales. * Más de 200 fotografías didácticas, dibujos y un texto claro ayudarán a no equivocarse y a progresar hasta el máximo nivel. * Desde los ejercicios de relajación hasta las técnicas de defensa personal, una guía para principiantes y expertos

<https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:28443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhcmF0ei5yZW4vMzQxNDQzNjE>

Título: Lecciones de Tai-chi

Editorial: Barcelona De Vecchi Ediciones 2016

Descripción física: 1 online resource (229 pages)

Mención de serie: Guía práctica fotográfica

Copyright/Depósito Legal: 974290549 1395188387 1397428287

ISBN: 9781683250760 1683250761 1683250540 9781683250548

Materia: Taichi Martial arts Taichi Martial arts Taichi

Enlace a formato físico adicional: Print version Lorini, Walter. Lecciones de Tai-chi. Barcelona : De Vecchi Ediciones, 2016 9788431537937

Punto acceso adicional serie-Título: Guía práctica fotográfica

Baratz Innovación Documental

- Gran Vía, 59 28013 Madrid
- (+34) 91 456 03 60
- informa@baratz.es

