



PRESENTES:

QIGONG

(UNA FORMA MÁS AMPLIA DE T'AI CHI)

PROGRAMACIÓN VIRTUAL

Quien: Abierto a todas las personas ciegas o con discapacidad visual.

Qué: Qigong es un ejercicio chino antiguo y una técnica de curación que implica meditación, respiración controlada y ejercicios de movimiento.

Instructora invitada: Trace Turville Konerko de Heartmind T'ai Chi en Portland, Oregón

Dónde: Virtual en Zoom

Cuando: Miércoles, 10 de febrero de 2021
Miércoles, 10 de marzo de 2021

Horario: 12:00 pm a 1:00 pm Hora del Pacífico

**El registro debe hacerse 2 días antes del programa virtual.
Para registrarse, llame o envíe un correo electrónico**

**El equipo de programas
360-448-7254 Extensión 2
ProgramsTeam@nwaba.org
<https://nwaba.org/virtualevents/>**