

# Tai txi- Txi Kung

Red adscrita  CAT

---

## Temas

Mujeres, Hombres, Personas mayores, Actividad física, Cultura, ocio y naturaleza.

---

## Descripción

El Tai txi i el txi kung són una pràctica xinesa tradicional per a la ment i el cos, que utilitza sèries lentes de moviments corporals i respiració controlada.

Es realitza per millorar l'equilibri, la flexibilitat, la força muscular i la salut en general.

Inscripcions a partir del 9 de setembre

Dilluns, de 10 a 11h. Preu:

15 euros; 13 euros per a més joves de 16, majors de 65 anys i persones amb una discapacitat igual o superior al 50% reconeguda.

---

## Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera ()

---

## Persona de contacto

Vanesa (93 767 15 60 ext:6803) (ccpoblenou@depineda.cat)

---

## Entidad participante/colaboradora/promotora

Centre cívic Poblenou

---

## Fecha de última actualización de la actividad

03/01/2022

---

## Situación actual de la actividad

Histórica

---

## Gratuita

No

---

## Localización

Paseo Diputació 8 08397 Pineda de Mar Barcelona Catalunya España



## Fecha de la Actividad

De 20/01/2021 a 23/03/2021