TAICHÍ ADULTOS

Contenidos:

Taichi Chuang, que contiene ejercicios de qikung, espada, palo y abanico.

- Taichí chuang
- Qikung
- Abanico
- Espada

Objetivos:

- Mantenimiento de la salud.
- Defensa personal.
- Estabilidad o equilibrio.

Duración del curso/taller:

9 meses (inicio: 01 de octubre 2026; final: 22 de junio 2027)

Días/horario

Martes y jueves de 16:00 a 17:20 horas.

Se imparte en:

Universidad Popular Francisco Afonso – Puerto de La Cruz.

Centro: Universidad Popular Municipal.

Material que debe llevar el/la usuario/a:

Ropa cómoda o deportiva y abanico.

Cuota mensual: 40€

Imparte el curso/taller: Hongyu Song