



## Sport e benessere: la via cinese

**Quando:** il 29/09/2018

**Ora:** dalle 14 alle 20

**Dove:** East River Martesana, via Jeans Jaures 22, Milano

**Costo:** gratuito

**Proposto da:** Istituto Confucio dell'Università degli Studi

**Telefono:** 0250321675

<http://www.istitutoconfucio.unimi.it>

Con l'arrivo dell'autunno i primi malanni di stagione sono dietro l'angolo!

Come fare a evitarli?

Secondo il pensiero cinese, avere un fisico allenato ci aiuta a entrare in armonia con la natura e, quindi, a stare meglio.

Ecco perché il **quinto Confucius Day** sarà l'occasione per scoprire e cimentarsi in diversi sport cinesi.

Ancora una volta **nella meravigliosa location** dell'East River Martesana, sabato 29 settembre dalle 14 alle

20, **festeggeremo il "compleanno" di Confucio** con mini tornei di ping pong e badminton, dimostrazioni di kung fu e lezioni

prova di taijiquan, taiji con ventaglio (taiji shan) e qigong.

Per concludere la giornata, alle 18 brinderemo insieme con un aperitivo cinese.

Tutte le attività sono gratuite e non richiedono prenotazione, basta venire a trovarci!

È il "compleanno" di Confucio, ma il regalo è per voi!

Corsi scontati per coloro che parteciperanno alle attività.

Se non avete fatto in tempo a sfruttare la promozione sull'iscrizione ai corsi valida fino al 17 settembre, avete ancora un'occasione!

Venite al **Confucius Day**, compilate il modulo di iscrizione in loco e pagherete i corsi ad un prezzo scontato del 30%!

### Per info

tel. **0250321675**

sito. [www.istitutoconfucio.unimi.it](http://www.istitutoconfucio.unimi.it)

mail. [info.confucio@unimi.it](mailto:info.confucio@unimi.it)

[stampa](#)

[http://www.sestosg.net/pls/portal30/EVENTI.DYN\\_EVENTO\\_1.show?p\\_arg\\_names=id&p\\_arg\\_values=3760](http://www.sestosg.net/pls/portal30/EVENTI.DYN_EVENTO_1.show?p_arg_names=id&p_arg_values=3760)