

# TAI-CHI

## INSCRIÇÕES ABERTAS!

Mensalidade 35€

2x por semana (2ª e 4ª feira às 18:00)

Oferta de 50% numa massagem Ayurvedic

Pagamento inscrição + cartão de cliente + seguro

Uma actividade saudável com respostas eficazes para vários estados de saúde que incluem:

- Artrite e Osteoartrite
- Diabetes
- Hipertensão
- Fibromialgia
- Redução do stress, ansiedade e nervosismo
- Osteoporose
- Esclerose múltipla
- Má postura, dores de costas, perda de equilíbrio
- Manutenção do peso
- Recuperação pós-operatória
- Complemento a tratamento de fitoterapia