

Tags: Tai Chi Chuan : Svensk utgåva - andra upplagan epub books download; Tai Chi Chuan : Svensk utgåva - andra upplagan ladda ner pdf e-bok; Tai Chi Chuan : Svensk utgåva - andra upplagan bok pdf svenska; Tai Chi Chuan : Svensk utgåva - andra upplagan las online bok; Tai Chi Chuan : Svensk utgåva - andra upplagan e-bok apple; Tai Chi Chuan : Svensk utgåva - andra upplagan MOBI download

Tai Chi Chuan : Svensk utgåva - andra upplagan PDF E-BOK

Fredrik Cattani



Författare: Fredrik Cattani
ISBN-10: 9789188579614
Språk: Svenska
Filstorlek: 3739 KB

BESKRIVNING

Tai Chi Chuan är en av de traditionella kinesiska kampsporterna. Efter en lång historisk utveckling, har den idag blivit ett populärt sätt att träna fitness och styrka. Tai Chi-rörelser, som betonar enheten mellan kropp och själ, är en perfekt kombination av motion och meditation. Rörelserna är långsamma och väl avvägda med mjuka övergångar mellan övningarna. Genom de olika rörelserna underlättas också andningen så att en total balans kan uppnås. Efter detta, kan källan till kroppens vitalitet, den så kallade "Jing Qi" fritt användas och omvandlas i människokroppen. Tai Chi Chuan passar för alla: unga och gamla, män och kvinnor, sjuka och friska. Alla kan öva.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Den svengelska modellen : svensk fotboll i omvandling under ...

Den svengelska modellen : svensk fotboll i omvandling under efterkrigstiden (Häftet) av författare Tomas Peterson. Friluftsliv. Pris kr 189. Se flere bøker fra Tomas ...

Tai Chi Master - Discshop.se

Gör en bra affär på Tai Chi Chuan: Svensk utgåva - andra upplagan (Häftad, 2017) Lägst pris just nu 146 kr bland 5 st butiker. Varje månad hjälper vi över ...

Böcker - Whip Media

Snabbhetsträning : 195 övningar för viktiga snabbhetsegenskaper (Häftet) av författare Lee E. Brown. Friluftsliv. Pris kr 239.

LÄS MER