

Alla cortese attenzione del
C.R.U.T.
Università degli Studi
della Tuscia
Via Santa Maria in Gradi 4
01100 VITERBO

CLASSI DI QI GONG

Proposta di Convenzione



Associazione di Promozione Sociale
La Piuma Viterbo
Percorsi Riabilitativi
Via della Mazzetta 2 A
01100 VITERBO



La Piuma
Viterbo

PERCORSI RIABILITATIVI APS

L'Associazione La Piuma Viterbo-Percorsi Riabilitativi opera nel settore della salute a sostegno delle persone con patologie neurodegenerative, dei loro caregiver e delle persone che si interessano di questi temi. L'Associazione organizza anche incontri sui temi della prevenzione, della salute e del benessere, aperti a tutti. Tra queste ultime attività vi è la pratica del Qi Gong.

Il Qi Gong è un'antica disciplina orientale basata su una visione integrale dell'essere umano. Si tratta di un lavoro profondo sull'energia vitale che regola il movimento del corpo, il corretto funzionamento di tutti gli organi ed è alla base della salute emozionale e spirituale dell'uomo.

La pratica costante di questa tecnica millenaria costituisce un aiuto davvero importante per il mantenimento e il ripristino e della salute: oltre a rinforzare il sistema immunitario e a migliorare la postura e i dolori muscoloscheletrici, molti studi scientifici ne hanno evidenziato i benefici nelle patologie neurodegenerative (sclerosi multipla, Parkinson, ecc.), cardiache, reumatiche, metaboliche così come anche in caso di tumori. Certamente non si sostituisce alle cure mediche, ma anche solo un'ora di pratica alla settimana può offrire alle persone la possibilità di affrontare con maggiore energia ed equilibrio il percorso di cura e guarigione.

Il Qi Gong consiste in movimenti armoniosi, lenti e legati alla respirazione, adatti a tutte le età. Permette di ritrovare l'innato accordo con i ritmi della natura dentro e fuori di noi. Il risultato della pratica è un naturale rilassamento, una ritrovata fluidità del movimento, una maggiore vitalità e lucidità mentale e un migliore allineamento posturale in grado di donare vigore fisico e salute.

Via della Mazzetta 2 A 01100 Viterbo

328.375.85.83 – 327.064.00.80

info@lapiumaviterbo.it

Facebook: Gruppi Parkinson La Piuma Viterbo

CF: 90133600560

IBAN: IT 73 N089 3114 5040 00040012 255



La Piuma
Viterbo

PERCORSI RIABILITATIVI APS

Proposta di convenzione

L'Associazione offre all'Università della Tuscia una convenzione per accedere alle classi di Qi Gong con uno sconto del 25/30% per le lezioni in presenza, che inizieranno nel mese di aprile 2021 e si svolgeranno a Viterbo in spazi all'aperto nel pieno rispetto della normativa anti-Covid19.

Le classi sono tenute dalla Dr.ssa Barbara Matteucci, fisioterapista e insegnante di Qi Gong, hanno cadenza settimanale e durano un'ora. Il calendario con data di inizio e programmazione settimanale sarà disponibile in seguito all'accettazione della presente.

In sintesi

Prezzi Qi Gong*	Corrente	Convenzione UNITUS
<i>Singola classe di un'ora</i>	15 euro	10 euro
<i>Abbonamento mensile</i>	40 euro	30 euro
<i>Abbonamento trimestrale</i>	100 euro	75 euro

Al netto della quota associativa annua di 20 euro

Le classi si formeranno con un minimo di 5 partecipanti.

Cordiali saluti,

Viterbo, 14 gennaio 2021

Via della Mazzetta 2 A 01100 Viterbo

328.375.85.83 – 327.064.00.80

info@lapiumaviterbo.it

Facebook: Gruppi Parkinson La Piuma Viterbo

CF: 90133600560

IBAN: IT 73 N089 3114 5040 00040012 255