

## Мастер-класс по цигун



3 июня в Центре боевых искусств состоялся мастер-класс по Янцзы Ян Шэн цигун под руководством мастера из Китая – Чен Хунбина.

Мастер Чен Хунбин – давний друг Центра боевых искусств, впервые посетивший Череповец седьмого июля 2007 года (07.07.07!).

С тех пор он десять лет ежегодно приезжает в Центр боевых искусств с бесплатными семинарами, мастер-классами и открытыми занятиями по цигун.

Янцзы Ян Шэн цигун – метод возвращения жизни – создан на родине мастера Чен Хунбина в древнем городе Янчжоу. Этот простой, но эффективный оздоровительный комплекс ориентирован на накопление жизненной энергии ци в организме. Регулярные занятия Ян Шэн цигун помогают укрепить здоровье и быть полными сил.

Ежегодно мастер-классы Чен Хунбина собирают большое количество поклонников этой древней китайской оздоровительной системы, и этот раз не стал исключением.

В этом году мастер будет в Череповце до девятого июля.