



FIBRO

Associação Barcelense de Fibromialgia
e Doenças Crónicas



A **Fibro**— Associação e a **ANEA** (Associação Nacional de Espondilite Anquilosante), estão a promover, em sintonia, aulas de **CHI KUNG** na Escola EB2/3, Gonçalo Nunes (em Barcelos), às quartas-feiras, das 18h30 às 19h30, com o instrutor Virgílio Ferreira.

O Chi Kung é uma terapia da Medicina Tradicional Chinesa, que tem como objectivo o equilíbrio do individuo como um todo: físico, mental e espiritual. A correta prática do Chi Kung, estimula a função normal dos órgãos internos, ajuda no tratamento de problemas respiratórios, digestivos e artríticos, cria flexibilidade e ativa a concentração.

Um excelente exercício físico que pode ser praticado por pessoas de todas as idades!

Para se inscrever, basta deixar uma mensagem no nosso facebook ou através do e-mail:

matosjorg@gmail.com

Fibro.associacao@gmail.com

Telf.252816816 ou 936083026

P.S.: As inscrições estão abertas a pessoas que não sejam sócias das respectivas associações.