



Edición N°53

Descubre el Poder del
TAI CHI TERAPEUTICO

Por Laura Villalba

*Mira su participacion en la Revista Familia Holistica
de la Edición Noviembre - Diciembre , 2025*

heyzine.com

Descubre el poder del Tai Chi Terapéutico

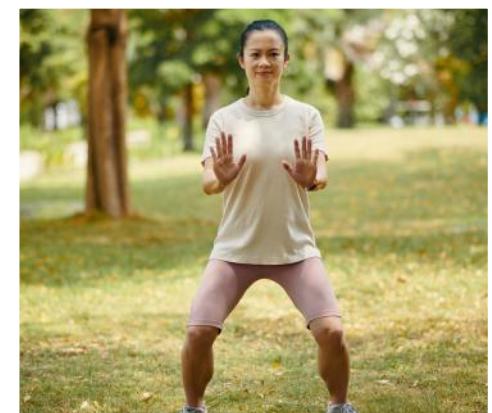
Por Laura Villalba.



Libera el Estrés y Mejorar tu Bienestar

¿Estás cansado de sentirte estresado y agotado? ¿Quieres mejorar tu movilidad y equilibrio? ¿Buscas una forma de calmar tu mente y encontrar bienestar? ¡Nuestras clases de Tai Chi Terapéutico son la solución perfecta para ti!

El Tai Chi Terapéutico es una forma de ejercicio que combina movimientos suaves y fluidos con técnicas de respiración y meditación para promover la relajación y el bienestar.



Beneficios del Tai Chi Terapéutico

- Reduce el estrés y la ansiedad
- Mejora la movilidad y el equilibrio
- Promueve la relajación y el bienestar
- Fortalece el sistema inmunológico
- Mejora la calidad del sueño

Nuestras clases están diseñadas para ayudarte a:

Liberar el estrés y la ansiedad

Aprende a manejar el estrés y la ansiedad a través de técnicas de respiración y relajación.

Mejorar la movilidad y el equilibrio

Mejora tu flexibilidad y equilibrio a través de movimientos suaves y controlados.

Lograr calma mental y bienestar

Encuentra la paz y la tranquilidad a través de la meditación y la respiración consciente.

Nuestras clases están impartidas por más de 15 años de experiencia y certificados en Tai Chi Terapéutico. Ofrezco un entorno seguro y acogedor para que puedas aprender y crecer a tu propio ritmo.

No esperes más para empezar a sentirte mejor y comienza a disfrutar de los beneficios de esta práctica milenaria!



Laura Georgina Villalba

Facilitadora de prácticas holísticas, acompañante de procesos conscientes y caminante del corazón. Integra herramientas de la medicina taoísta, educación somática, y movimiento energético para guiar a otros en el retorno a su ser esencial.



+5491164587284



@serentuerxistencia

Únete a las Clases

jNo te pierdas la oportunidad de mejorar tu bienestar y calidad de vida y descubre el poder de la relajación y el movimiento!

Información de las Clases

✓ **Días:** Lunes a sábados

✓ **Horarios:** Mañana y tarde

✓ **Lugar:** Presencial en Lomas de Zamora y **ONLINE**

✓ **Duración:** 1 hora

✓ **Precios Accesibles**

Laura Georgina Villalba.

Centro Holístico Serentuexistencia



Inscríbete Ahora!

+5491164587284



Ser En Tu Existencia



Youtube.com/lauravillalba2383