



Sistema de Atención Integral a la Salud
Universidad Veracruzana



Universidad Veracruzana
Secretaría de Administración y Finanzas



Te invitamos a la demostración de: **Tai Chi**

El Tai Chi es una práctica que se originó en el Imperio Chino, forma parte de las artes marciales, y se caracteriza por combinar movimientos lentos y fluidos con técnicas de respiración profunda y concentración mental.

Consiste en realizar secuencias de movimientos suaves y coordinados que fluyen de un lado a otro sin pausa, formando una rutina continua; por lo que también se le conoce como meditación en movimiento.

La demostración será dirigida por la instructora de Tai Chi Chuan y meditaciones taoístas, María Enriqueta Parra Zuñiga, Lic en Pedagogía por la Universidad Veracruzana y certificada por la Escuela Mexicana de Wu Shu. Será acompañada por el grupo de jubilados del Instituto de Pensiones del Estado.

Zoom

ID de la sesión: 829 4098 2272 **Contraseña:** 280332

Presencial

Auditorio de la Clínica Universitaria de Salud Reproductiva y Sexual.

Ernesto Ortiz Medina S/N (antes Maternidad)

Más información
www.uv.mx/saisuv/