



www.WorldTaiChiDay.org

FOR UMIDDELBAR OFFENTLIGGJØRING:

World Tai Chi & Qigong Day

(eller Verdens dag for tai chi og qi gong)

En unik verdensomspennende helse- og
healinghendelse som finner sted over hele verden
den siste lørdagen i april. i år
27. april 2019 kl. 10 lokal tid.

Hva er World Tai Chi & Qigong Day?

<http://www.worldtaichiday.org/ABOUTwtcqd.html>

Finn lokale arrangementer og arrangører (over hele verden):

<http://worldtaichiday.org> **[EVENTS]**

Se en kort video om dette arrangementets historie & arkiv med bilder/video:

<http://www.worldtaichiday.org/videogallery.html>

Pressemeldinger for World Tai Chi & Qigong Day i 39 språk:

<http://www.worldtaichiday.org/MediaResources.html>

Det hele begynner i New Zealand og spre seg fra tidssone til tidssone over hele verden og i mer enn 70 land og kontinenter. Denne bølgen av healing vil være et spektakulært syn, men vil også fremme ro og velvære over hele vår jord.

Arkiv med bilder fra tidligere arrangementer finner du her:

<http://www.worldtaichiday.org/photovideogallery.html>

Oppvisninger og lignende i Tai Chi og Qigong vil holdes på offentlige steder for å lære verden om fordelene ved de tradisjonelle kinesiske medisinske øvelsene Tai Chi og Qigong (Chi Kung).

Tai Chi og Qigong er blant annet helseteknikker som er utviklet over flere tusen års forskning i Kina, og som nå stadig øker i popularitet over hele verden. De benyttes i sykehus, bedrifter, fengsler, skoler og andre institusjoner. Forskning har vist at Tai Chi og Qigong reduserer angst, depresjoner og kroniske smerter. Øvelsene styrker immunforsvaret, øker åndedrettsfunksjonen, forbrenner kalorier, forbedrer balansen dramatisk, gir store fordeler for hjerte-/karsystemet, er et effektivt redskap for håndtering av stress og nedsetter aldringsprosessen. Se mer på

<http://www.WorldTaiChiDay.org>

Informasjon om nasjonale / internasjonale arrangementer:	Lokale arrangementer:
www.WorldTaiChiDay.org eller kontakt Bill Douglas 1-913-648-2256 eller billdouglas@worldtaichiday.org	