

gol do sorte - symphonyinn.com

Autor: symphonyinn.com **Palavras-chave:** gol do sorte

ou os primeiros 15 minutos da minha aula de tai chi, permanecemos inteiramente **gol do sorte** um ponto para aquecer. De longe provavelmente parece que estamos com nossos braços ao nosso lado e depois – no movimento lento - elevando-os na nossa frente a 90 graus mas se você olhar dentro do meu cérebro veria minhas sinapses disparando tentando acompanhar as instruções dos instrutores fazer coisas não visíveis!

"Forme os arcos sob seus pés. Suavize o joelho, não se dobrando", diz Angela ngela (uma instrutor de tai chi há 28 anos). "Visualizar a parte traseira dos joelhos e relaxar ali para descansar na frente".

Eu percebo que raramente direciono pensamentos para os meus joelhos (não houve muito tempo antes disso), mas novamente, sem ter mais de morar lá.

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: gol do sorte

Palavras-chave: **gol do sorte - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-08-21