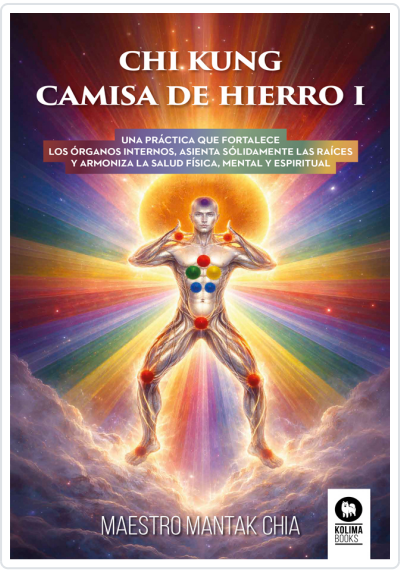
CHI KUNG CAMISA DE HIERRO I



CHIA, MANTAK

SYNOPSIS

En Chi Kung Camisa de Hierro I, el gran maestro tailandés Mantak Chia revela una antigua práctica del Kung Fu que trasciende el arte marcial para convertirse en un método profundo de fortalecimiento interno: la Camisa de Hierro. Lejos de centrarse en la fuerza muscular externa, esta disciplina enseña a cultivar y concentrar la energía vital en los órganos, las fascias, los huesos y la médula, creando una auténtica «armadura interna» que protege, revitaliza y armoniza el cuerpo.

Con explicaciones detalladas, fundamentos energéticos y orientación práctica, esta maravillosa e imprescindible obra ofrece un camino estructurado para quienes buscan fortalecer su cuerpo desde dentro, expandir su vitalidad y profundizar en el desarrollo físico, emocional y espiritual....

Editorial	KOLIMA BOOKS
Subject	Mente, cuerpo y espíritu: pensamiento y práctica
Collection	Espiritualidad
EAN	9791388155086
Status	Normal
Binding	Tapa dura
Pages	360
Size	220x140x20 mm.
Weight	450
Price (Tax inc.)	25,00€
Release date	26/03/2026

Related Titles



EL PROYECTO ADAN
GARCIA MARTINEZ, JOSE LUIS



EL DIVÁN DEL BUSCADOR
GARCÍA NOGUERÓN, SERGIO



DESPIERTA DEL SUEÑO Y... ¡RECUERDA QUIÉN ERES!
GAMAZA KRELL, ANTONIO



RELATOS DE LA OTRA REALIDAD
PAZ WELLS, SIXTO