

30-31 ottobre 2022  
**CAMPIONATI EUROPEI DI HEALT QI GONG**  
**ANAGNI**  
**Palazzetto dello Sport**

L'Italia e in particolare la città di Anagni è la meta scelta per ospitare i CAMPIONATI EUROPEI DI HEALT QI GONG 2022, la cui organizzazione è stata affidata alla Italy Health Quigong Association in collaborazione con il Dipartimento Benessere di Opes Italia.

L'evento, al quale prenderanno parte un centinaio di atleti provenienti da tutto il mondo (CINA -MONGOLIA - GERMANIA - FRANCIA - INDIA -CANADA - ITALIA- NORVEGIA - GRECIA – REUNION ISLAND -SVIZZERA – PAESI NEUTRALI – GRAN BRETAGNA – BELGIO – STATO FI NEW YORK – AUSTRALIA- ISRAELE -SPAGNA- SLOVENIA – GIAPPONE- POTOGALLO - ISRAELE- AUSTRIA - MAROCCO- MAURITIUS- SRI LANKA e altri) e con loro 15 giudici internazionali, prenderà il via il 30 ottobre nella piazza di fronte alla cattedrale di Anagni, Un avvio molto scenografico che vedrà gli atleti sfilare con le loro nazionalità fino alla piazza del comune accompagnati da figuranti in costume medievale e dagli sbandieratori.

Qui gli atleti faranno tutti insieme una dimostrazione della disciplina, come omaggio e ringraziamento alla città di Anagni per l'ospitalità. Il tutto alla presenza di autorità civili e istituzionali.

Interverranno, tra gli altri.

Daniele Natalia, Sindaco Anagni

Pierluigi Pietrucci Consigliere con delega allo Sport di Anagni

Dr. Riccardo Viola Presidente CONI Lazio

Dr. Juri Morico Presidente Opes Italia

Liugi Romani Vice Presidente Opes Italia

On. Marco Perissa Parlamentare

On. Massimo Ruspandini Parlamentare

On. Paolo Pulciani Parlamentare

Dr. Ambrosetti Riccardo, Consigliere Provinciale

Prof. XU HAO, presidente Italy Health Quigong Association e  
membro del consiglio esecutivo Healt Qigogn

Drssa Paola Bruni Presidente Dipartimento Benessere Opes Italia

La giornata inaugurale dell'evento sarà anche occasione per insignire **Anagni** del titolo di **“Città dell'armonia e del respiro”** in vista di altre manifestazioni di interesse.

Al termine della cerimonia, mentre gli atleti si dirigeranno verso il palazzetto dello sport dove per iniziare le competizioni, ai presenti sarà offerta una degustazione di prodotti locali.

Il pubblico potrà assistere gratuitamente alla competizione, fino ad esaurimento posti.

Il Qi Gong nasce in Cina ed è un'antichissima disciplina energetica che utilizza il movimento, la respirazione e la concentrazione: il tutto perfettamente armonizzato nei gesti e nelle posture. Anche se si tratta di un campionato che vede gli atleti impegnati in una serie di movimenti, il Qi gong è molto utile anche nella preparazione sportiva.

Non c'è sollecitazione delle funzioni fisiologiche fino al limite. Il vero scopo del QiGong è di "assaporare" l'energia stessa mentre si manifesta all'interno del corpo.

Il risultato è quello di una disciplina terapeutica che consente a chi la pratica di riconoscere e correggere, con l'aiuto di movimenti e simboli, eccessi e disequilibri. Anticamente il Qigong è stato anche associato alla ricerca della longevità sia come tecnica di esercizio respiratorio per prevenire e curare le malattie rinforzando il fisico, sia come una procedura importante della medicina riabilitativa.

Tra gli effetti benefici del Qigong ci sono quelli sul sistema nervoso, sul sistema cardiovascolare e sull'apparato respiratorio.

Singolare poi il fatto che il Qigong si è rivelato utile anche per la preparazione degli astronauti e per la riabilitazione post covid

link utili

[www.opesitalia.it](http://www.opesitalia.it)

<https://www.facebook.com/italyhealthqigongassociation>

<http://www.ihqa.it/chi-siamo>

Ufficio stampa. Simonetta Clucher 3351474426