

Organizzano uno **STAGE di TAIJI QUAN**

con il **M^o Flavio Daniele**

Domenica 26 febbraio 2012
PORTO POTENZA PICENA

presso la palestra della scuola media "Raffaello Sanzio" via Piemonte, 16



Il M^o Flavio Daniele, uno dei più rappresentativi maestri italiani, conosciuto e stimato a livello internazionale, autore di sei libri sul Taiji Quan. Caposcuola della Nei Dan School e vice presidente internazionale della Wacima (Associazione mondiale tra maestri occidentali e cinesi)

Il Taiji è una disciplina completa, nasce dalla filosofia taoista e dalla medicina tradizionale cinese e si basa su un concetto olistico dell'uomo.

Porta equilibrio, energia e nuova linfa vitale: è ginnastica fisico-energetica e mentale, è meditazione dinamica, è una raffinata arte marziale.

Attraverso lo studio dei movimenti del proprio corpo si arriva a conoscersi meglio sia **nella psiche** sia **nel corpo**, sciogliendo ed eliminando contratture muscolari e blocchi energetici. Le spalle si rilassano, i dolori al collo, alla schiena ed **alle articolazioni** scompaiono, tutta la struttura del corpo diventa più leggera e armonica.

PROGRAMMA:

ore 8.45: registrazione partecipanti ed incontro con il M^o Flavio Daniele

ore 9.00: **Studio della forma breve 24 dello stile Yang**

lavoro e spiegazione tecnica dei principi delle singole figure

ore 10.30: breve pausa con degustazione di tisana alla rosa canina

ore 10.45: ripresa lezione, segue pranzo

nel pomeriggio: visita alla Villa Buonaccorsi

SI RINGRAZIA:



Iscrizioni (€ 25,00 caparra): da subito con email: primo.mancini@tin.it o tel 0733/283324 (anche fax),
cell 393/0170410

Per informazioni sul corso di TAIJI QUAN istruttore Giorgio Sablone cell. 347/5917589

Il costo del corso è di Euro 55,00 comprensivo di materiale didattico e maglietta.