

‘Il taiji quan è l’arte del movimento naturale’



e

invitano al 2°

STAGE DI TAIJI QUAN

con il M° Flavio Daniele

domenica 3 giugno 2012

al Parco di Villa Conti a Civitanova Marche (presso collegio salesiani) in Contrada San Michele, 64



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.

Il M° 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)

PROGRAMMA:

ore 8.45: registrazione partecipanti

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



adriatica oli s.r.l.
Ecologia delle Idee

Iscrizioni da subito (con caparra € 25,00): 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 € 55 comprensivo di maglietta