



ACCADEMIA TAO SHU

SCUOLA DI ARTI MARZIALI CINESI del M° Roberto Sias

CALENDARIO CORSI AGONISTI ANNO ACCADEMICO 2018 - 2019

AGONISMO:

Alla sezione di agonismo possono accedere tutti gli allievi che frequentano regolarmente i corsi dell'Accademia Tao Shu con almeno la cintura 1° Bianca effettuata, ed una età minima di 8 anni, consegnando il modulo d'iscrizione compilato alla segreteria del Centro.

Le lezioni verranno svolte due volte al mese, dalle ore 15,00 alle 17,00 circa, all'interno delle quali sarà possibile iniziare l'avviamento per la formazione agonistica in una delle seguenti discipline:

Chan Quan, Nan Quan e Tai Ji Quan.

Il corso partirà solo con un numero minimo di 5 atleti

Costo: L'intero corso ha un costo di 200 euro

Incontro per tutti i agonisti ed agonisti sabato 13 ottobre ore 14,30

Tabella giorni/orari

Ottobre	15,00 - 17,00	Sabato	13-ott-18	20-ott-18
Novembre	15,00 - 17,00	Sabato	03-nov-18	17-nov-18
Dicembre	15,00 - 17,00	Sabato	01-dic-18	15-dic-18
Gennaio	15,00 - 17,00	Sabato	12-gen-19	19-gen-19
Febbraio	15,00 - 17,00	Sabato	02-feb-19	16-feb-19
Marzo	15,00 - 17,00	Sabato	09-mar-19	16-mar-19
Aprile	15,00 - 17,00	Sabato	06-apr-19	13-apr-19
Maggio	15,00 - 17,00	Sabato	11-mag-19	18-mag-19
Giugno	15,00 - 17,00	Sabato	08-giu-19	22-giu-19

Programma del corso:

- 1) Fondamentali di calcio per agonisti e calci volanti
- 2) Fondamentali di stile
- 3) Fondamentali di cadute
- 4) Forma intermedia di stile
- 5) Forma di combattimento in coppia a Mani Nude (minimo Cintura Gialla)

Il Caposcuola