



ACCADEMIA TAO SHU

SCUOLA DI ARTI MARZIALI CINESI

del M° Roberto Sias

www.accademia-taoshu.it

CORSO DI QI GONG

Questo corso di Qi Gong è pensato e strutturato per imparare tecniche e metodi energetici di miglioramento e rafforzamento fisico sia per la propria salute che atti al combattimento. Tutto questo parte dal presupposto che per riuscire a dare il massimo delle proprie possibilità è fondamentale stare sia in buona salute che in armonia ed equilibrio con se stessi. Perciò il corso presuppone un inizio improntato sul miglioramento psico fisico per poi svilupparsi in un ampliamento delle proprie forze e delle proprie potenzialità. All'interno del corso verranno eseguite tecniche varie di pratiche energetiche, di esercizio fisico, mentale ed energetico supportate da uno studio delle stesse.

Struttura ed iscrizione al corso:

- Il corso è strutturato in nove incontri suddivisi in uno al mese
- Al corso possono accedere tutte le persone interessate fino al terzo incontro programmato. Oltre non sarà più possibile iscriversi.
- L'iscrizione al corso verrà eseguita alla prima lezione. Portare con se una foto
- Certificato medico di buona salute o sua copia

Date ed orari per ogni corso:

PRIMO ANNO

Domenica	23-ott-11	09,30 - 12,00
Domenica	20-nov-11	09,30 - 12,00
Domenica	17-dic-11	09,30 - 12,00
Domenica	29-gen-12	09,30 - 12,00
Domenica	26-feb-12	09,30 - 12,00
Domenica	18-mar-12	09,30 - 12,00
Domenica	29-apr-12	09,30 - 12,00
Domenica	20-mag-12	09,30 - 12,00
Domenica	24-giu-12	09,30 - 12,00

SECONDO ANNO

Domenica	09-ott-11	09,30 - 12,00
Domenica	06-nov-11	09,30 - 12,00
Domenica	04-dic-11	09,30 - 12,00
Domenica	15-gen-12	09,30 - 12,00
Domenica	05-feb-12	09,30 - 12,00
Domenica	04-mar-12	09,30 - 12,00
Domenica	15-apr-12	09,30 - 12,00
Domenica	13-mag-12	09,30 - 12,00
Domenica	10-giu-12	09,30 - 12,00

TERZO ANNO

Domenica	23-ott-11	11,30 - 14,00
Domenica	20-nov-11	11,30 - 14,00
Domenica	17-dic-11	11,30 - 14,00
Domenica	29-gen-12	11,30 - 14,00
Domenica	26-feb-12	11,30 - 14,00
Domenica	18-mar-12	11,30 - 14,00
Domenica	29-apr-12	11,30 - 14,00
Domenica	20-mag-12	11,30 - 14,00
Domenica	24-giu-12	11,30 - 14,00

QUARTO ANNO

Domenica	09-ott-11	11,30 - 14,00
Domenica	06-nov-11	11,30 - 14,00
Domenica	04-dic-11	11,30 - 14,00
Domenica	15-gen-12	11,30 - 14,00
Domenica	05-feb-12	11,30 - 14,00
Domenica	04-mar-12	11,30 - 14,00
Domenica	15-apr-12	11,30 - 14,00
Domenica	13-mag-12	11,30 - 14,00
Domenica	10-giu-12	11,30 - 14,00

CORSO SUPERIORE

Sabato	08-ott-11	18,30 - 21,00
Sabato	05-nov-11	18,30 - 21,00
Sabato	03-dic-11	18,30 - 21,00
Sabato	14-gen-12	18,30 - 21,00
Sabato	04-feb-12	18,30 - 21,00
Sabato	03-mar-12	18,30 - 21,00
Sabato	14-apr-12	18,30 - 21,00
Sabato	12-mag-12	18,30 - 21,00
Sabato	09-giu-12	18,30 - 21,00

Per informazioni:

Centro Sportivo L'ArCo, Viale Liguria 31, Burolo Torino Tel. 0125/676302 oppure al 347/7276541

Per ulteriori informazioni sul corso o su altri corsi proposti dall'Accademia Tao Shu potete rivolgervi al **M° Roberto Sias** Tel. 347/7276541 oppure al sito www.accademia-taoshu.it