



SHAOLIN WAH NAM PORTUGAL

“...dedicado a preservar y transmitir las Artes Tradicionales de Shaolin en todo el mundo...”

7 A 13 AGOSTO 2010

GRAN-MAESTRO WONG KIEW KIT

3º CAMPO DE VERANO SHAOLIN WAH NAM PORTUGAL
CASA DE RETIROS DE S.INÁCIO – PRAIA GRANDE – COLARES

Es con grande satisfacción que presentamos esta 3ª edición del “Campo de Verano Shaolin Wahnam” en Portugal, después del éxito de las ediciones de 2008 y 2009, Gran Maestro Wong Kiew Kit viene enseñar personalmente cursos intensivos Chi Kung Shaolin Wahnam, Kungfu Shaolin Wahnam e Wahnam Taijiquan.

Más una vez, vas a tener un ambiente de agradable convivio y una partilla muy rica y provechosa de experiencias , una dinámica regeneradora para todos.

Se quieres, podrás hospedarte en Casa de Retiros de S. Inácio en un ambiente tranquilo y amistoso, seguir uno de varios cursos o mismo intercalarlos con algunos días de vacaciones de playa o campo en la área de Sintra.

Puede llevar con usted acompañantes dependiendo de la disponibilidad de habitaciones en el retiro, se debe reservar atembadamente.

Elige la opción de curso que más te interesa y contacta para cualquier duda o más informaciones.

Tienes una rara oportunidad de aprehender y apurar artes de excelencia que contribuyen de forma clara e decisiva para que puedas mejorar y direccionar todos los niveles de tu vida a la plenitud.

Hasta pronto

Maestro Riccardo Salvatore

PRAÇA AFRÂNIO PEIXOTO 2, 1º DTº 1000-009 LISBOA
TEL 218 478 713 | FAX: 218 421 173 | TLM 919 721 111
info@shaolin-wahnam-portugal.com
www.shaolin-wahnam-portugal.com



GRAN-MAESTRO WONG KIEW KIT
3º CAMPO DE VERANO EN PORTUGAL
DE 7 A 13 DE AGOSTO 2010
PROGRAMA GENERAL

El verdadero Shaolin Chi Kung así como la esencia de las Artes Marciales de Shaolin fueron mantenidas en secreto por los tiempos y fue practicada por una elite reducida.

El Gran-Maestro Wong Kiew Kit. 4ª Generación del Venerable Jiang Nan del Monasterio de Shaolin, empezó de forma pionera la divulgación de estas maravillosas artes en riesgo de extinción.

Por su éxito en la divulgación de las genuinas artes de Shaolin, Chi Kung, Taijiquan, Kungfu y Zen, por una vasta y clara bibliografía de más de 10 libros editados sobre Chi Kung, Kung Fu, Taijiquan, Budismo, Medicina China y Zen fue elegido el "Hombre del Año" en S. Francisco E.U.A en Noviembre de 1997 en el 2º Congreso Mundial de Chi Kung y 1ª conferencia Americana de Chi Kung.

En esa data Gran-Maestro Wong Kiew Kit ya tenía unos miles de alumnos en varios países del mundo.

Aquí está una oportunidad rara de aprender estas artes de elite y saber coger sus fantásticos beneficios. Es la ocasión ideal para todos los participantes de profundar su técnica y resultados.

SHAOLIN COSMOS CHI KUNG

Auto Manifestación de Energía | Curso A (pag.3)
Bases do Chi Kung Shaolin Wahnam"
Sábado 7 de Agosto | 9:00 a las 13:00

Ducha Cósmica | Curso B (pag.4)
Sábado 7 de Agosto | 15:00 a las 19:00

Respiración por Dan Tian | Curso C (pag.5)
Domingo 8 Agosto | 9:00 a las 13:00

Metamorfosis de los tendones III | Curso D (pag.6)
Selección de 4 Ejercicios
Domingo 8 de Agosto | 15:00 a las 19:00

WAHNAM TAIJIQUAN

Curso Intensivo (pag.7)
Aplicaciones y Combate contra otras Artes Marciales
Duración 5 días
Lunes 9 a viernes 13 de Agosto | 9:00 a las 13:00

KUNGFU SHAOLIN WAHNAM

Curso Intensivo (pag.8)
Aplicaciones y Combate contra otras Artes Marciales
Duración 5 días
Lunes 9 a viernes 13 de Agosto | 15:00 a las 19:00



GRAN-MAESTRO WONG KIEW KIT
Sábado 7 de Agosto | 9:00 a las 13:00
AUTO MANIFESTACIÓN DE ENERGÍA | Curso A
“Bases Fundamentales para la Práctica del Shaolin Cosmos Chi Kung”

Este curso se destina tanto a principiantes como a practicantes avanzados

En este curso sobre las bases y los fundamentos del Shaolin Cosmos Chi Kung va aprender la esencia del Chi Kung, generar su propio flujo de energía para que tenga una buena salud, vitalidad, longevidad, relajar, enfocar la mente y abrir el corazón retirando todos sus beneficios.

Con la Auto Manifestación de Energía va a aprender a corregir y eliminar bloqueos profundos y antiguos, coger enormes beneficios como aprendiz o practicante avanzado.

Objetivos:

1. Interiorización de los fundamentos básicos e objetivos del Chi Kung
2. Integrar en un tiempo comparativamente reducido las mejores técnicas de Chi Kung y después del curso saber practicarlas con eficacia para beneficiar de salud, vitalidad, frescura mental, longevidad y paz interior.

Saber enfocar la mente y captar Energía Cósmica

3. Capacidad de sentir la energía fluir

Programa:

1. Relajación profunda
2. Meditación de pié
3. Ejercicios de base Chi Kung Shaolin
4. Auto manifestación de Chi (energía)

Resultados esperados durante el curso:

Estado de relajación y frescura, sensación de calor, hormiguero en los dedos o otras partes del cuerpo.

Existiendo problemas internos no tratados, ligera sensación de dolor localizada como consecuencia de su desbloqueo. Aumento de los niveles de energía.

Para participar en los cursos siguientes “Ducha Cósmica”, “Respiración Dan Tian” o “Metamorfosis de los tendones” es necesario que tenga hecho este curso, o algún curso con el Gran Maestro Wong Kiew Kit o con uno instructor autorizado Shaolin Wahnam.



GRAN-MAESTRO WONG KIEW KIT
Sábado 7 Agosto | 15:00 a las 19:00
"DUCHA CÓSMICA" | Curso B

La "Ducha Cósmica" es una de las prácticas más simbólicas de nuestra Escuela Shaolin Wahnam.

Va aprender a captar energía del Cosmos y hacerla fluir interna y externamente por el cuerpo como una ducha cósmica, tener vitalidad y placer tanto en su actividad diaria como en los momentos de ocio.

En este curso va aprender como ampliar sus niveles de vitalidad, clarificando su mente, desarrollando la consciencia y fortaleciendo el espíritu.

Con esta práctica de alto nivel se desarrolla la capacidad de cultivar estados elevados de consciencia, sentir frescura mental y paz interior, estar en sintonía con el cosmos y armonizar la propia energía vital con la energía cósmica.

Es natural que durante el curso se sienta en resonancia con el cosmos, en un estado de profunda paz interior y felicidad.

Para participar en este curso es necesario que tenga hecho algún curso con los principios básicos Shaolin Wahnam con el Gran-Maestro Wong Kiew Kit o uno Instructor autorizado Shaolin Wahnam.



GRAN-MAESTRO WONG KIEW KIT
Domingo 8 de Agosto | 9:00 a las 13:00
RESPIRACIÓN POR DAN TIAN | Curso C

La respiración por Dan Tian es también conocida como “Respiración Cósmica”.

En este ejercicio aparentemente simple va literalmente pulsar con el cosmos.

Desarrolla la capacidad de captar energía cósmica, ampliar los niveles de energía y crear una reserva en Dan Tian.

Tendrá la capacidad de ampliar su vigor físico y la resistencia, tener un espíritu claro y una mente fresca, tranquilidad y rapidez de reflejos, capacidad de decisión y revitalización celular.

Para muchos es una grata sorpresa, el profundo sentimiento de alegría y paz interior alcanzado con esta práctica maravillosa.

Para participar en este curso es necesario que tenga hecho algún curso con los principios básicos Shaolin Wahnam con el Gran-Maestro Wong Kiew Kit o un Instructor autorizado Shaolin Wahnam o el Seminario “Auto manifestación de Energía”.



GRAN-MAESTRO WONG KIEW KIT
Domingo 8 de Agosto | 15:00 a las 19:00
METAMORFOSIS DE TENDONES III | Selección de 4 Ejercicios | Curso D

"Yi Jin Jing" o "Metamorfosis de los Tendones" es la esencia del Chi Kung Shaolin.

Conjunto de 12 ejercicios de Chi Kung que consiste en movimientos sutiles y muy poderosos, legado a nuestra escuela a partir de los enseñamientos de Bodhidharma en el templo de Shaolin.

Base de prácticas avanzadas para desarrollar la fuerza interna de Kung Fu, Taijiquan o Zhan Zhuang (posturas estáticas), y no como algunos creen equivocadamente solo un conjunto de ejercicios de Chi Kung para desarrollar los músculos y tendones.

Va a comprobar que repitiendo pocas veces movimientos sutiles es posible generar un flujo de fuerza interna en los meridianos bastante para corregir graves problemas de salud, ampliar el vigor, fuerza vital y la estructura interna., expandir su mente o tener un despertar cósmico.

El Gran-Maestro Wong Kiew Kit va a iniciarlo en esta arte avanzada y muy poco conocida por forma a alcanzar estos beneficios.

Practicados unitariamente o agrupados, llevan muy poco tiempo pero desarrollan una enorme cantidad de Energía, Fuerza Interna, Estructuración Física e Emocional, Revitalización Celular.

Para participar en este curso es necesario que tenga hecho algún curso con el Gran-Maestro Wong Kiew Kit o con un Instructor autorizado Shaolin Wahnam o el Seminario "Auto manifestación de Energía".



GRAN-MAESTRO WONG KIEW KIT
CURSO INTENSIVO WAHNAM TAIJIQUAN
APLICACIONES Y COMBATE CONTRA OTRAS ARTES MARCIALES
9, 10, 11, 12 e 13 de Agosto 2010 | 9:00 a las 13:00

Curso compacto y intensivo se destina a todos, con o sin experiencia en Taijiquan o otras artes e practicantes con otros Mestres.

Este curso intensivo de Taijiquan va a tomar las mañanas de 5 días. Por la tarde puede revisar y practicar con sus compañeros, relajar, ir por la playa o al campo, o participar en el curso de Shaolin Kungfu.

Los participantes aprenderán mas allá de las bases y principios del Taijiquan como arte marcial interno, la filosofía de vida, como medio de desarrollo espiritual, cualquiera la raza, la cultura, religión, así como aplicaciones de combate contra todas las formas de ataque como golpes, patadas, prisiones o empujes que pueden ser utilizados contra otras artes marciales como Boxe, Karate, Taekondo, Muay Thay entre otras.

No solo no se va a quedar sin folgo o sufrir cualquier lesión va mismo a divertirse a ponerlos en práctica. También va aprender como entrar en Tao o en un nivel de consciencia más alto, encontrar paz interior y plenitud espiritual.

Aproveche esta magnífica oportunidad de aprender o perfeccionar Taijiquan genuino con un verdadero Gran-Maestro de reputación mundial.

Programa:

1. Principios y bases de Taijiquan transmitidos por los Grandes Maestros
2. Entrenamiento básico de posturas de fuerza interna
3. Secuencia de Wahnam Taijiquan y aplicaciones de combate
4. Flujo de energía y elevado estado mental.
5. Capacidad de tener la mente enfocada, alcanzando un elevado estado de consciencia, sentir felicidad, paz interior y enriquecer la vida cotidiana gracias a los principios do Wahnam Taijiquan.

A los participantes es requerido que lean atentamente e acepten las 10 leéis de Shaolin antes de su inscripción:

[Http://www.shaolin-wahnam-portugal.com](http://www.shaolin-wahnam-portugal.com)

<http://www.shaolin.org>

Para mejor aprovechar de las enseñanzas durante el curso es deseable que los participantes frecuenten aulas previas de familiarización con posturas y conceptos de base da la Escuela.



GRAN-MAESTRO WONG KIEW KIT
CURSO INTENSIVO SHAOLIN KUNGFU WAHNAME
APLICACIONES Y COMBATE CONTRA OTRAS ARTES MARCIALES
9, 10, 11, 12 e 13 de Agosto | 15:00 a las 19:00

"El Kung-fu Shaolin fue en toda su historia algo de exclusivo. Solo algunas personas han tenido el privilegio de poder aprender Shaolin Kungfu Tradicional".

Gran-Maestro Wong Kiew Kit

Programa:

Curso compacto y intensivo se destina a todas las personas en general con o sin experiencia en Kung-fu o otras artes y a practicantes con otros Maestros o de otras Escuelas que quieren aprender una arte de excelencia.

Este curso intensivo de Kung-fu Shaolin Wahnam va a tomar las tardes de 5 días. Por la mañana puede revisar y practicar con sus compañeros, relajar, ir por la playa o al campo, o participar en el curso de Wahnam Taijiquan.

El secreto de la eficacia en combate del Kung Fu Shaolin Wahnam está en las secuencias elaboradas por el Gran-Maestro Wong Kiew Kit enseñadas en los cursos intensivos de Shaolin Kung-fu.

Objetivos:

1. Obtener una comprensión de base de la filosofía, sentido y propósitos del Shaolin Kung-fu.
2. Adquirir en un tiempo reducido la mejor información y técnicas de Shaolin Kung-fu, practicar para la salud, eficacia en combate, frescura mental e realización espiritual.
- 3 En un estado de relajación plena, tener movimientos fluidos y vigorosos y resistencia para entrenar y combatir por más de una hora sin sentirse cansado.
4. Desarrollar fuerza interna, saber aplicar técnicas de Shaolin Kung-fu de forma a defenderse adecuadamente, desde que se desenvuelva entrenamiento y capacidad de combate.
5. Capacidad de tener a mente enfocada, alcanzar un elevado estado de consciencia, sentir felicidad, paz interior y enriquecer la vida cotidiana gracias a los principios del Shaolin Kungfu.

Para mejor provechar de las enseñanzas durante el curso es deseable que los participantes frecuenten aulas previas de familiarización con posturas y conceptos de base de la Escuela.

-
A los participantes es requerido que lean atentamente e acepten las 10 leídas de Shaolin antes de su inscripción:

[Http://www.shaolin-wahnam-portugal.com](http://www.shaolin-wahnam-portugal.com)

<http://www.shaolin.org>



Local:

Casa de Retiros de S. Inácio
Estrada do Rodízio, 124 | Praia Grande - 2705-335 | Colares

Puede pasar algunos días en pensión completa y seguir uno o varios cursos o intercalarlos con algunos días de vacaciones, paseos por la sierra o playa. También puede sencillamente participar en los cursos tomar sus refecciones entre otras actividades.

Estadía está abierta a quien no participe en los cursos en función de las plazas (atención, número de habitaciones disponibles limitado).

Actividades variadas, como paseos de todo el terreno en la Sierra de Sintra, carruaje, "burro", mercadillo rustico, etc.

Localización:

A 500 m de Praia Grande, a 300 m de la piscina del hotel Arribas, a 1,5 km piscinas públicas de la Praia das Maças, Autobuses a 150 mts en dirección a Sintra, Praia das Maças, Cascais, Ericeira, Mafra, Sintra 20 Km (tren para Lisboa), Cascais 30 km, Lisboa 40Km

Como llegar de Lisboa: táxi 50/60€ - Tren Lisboa/Sintra 1/2h + 25€ táxi

Costo por persona en habitación dupla con WC en pensión completa | 50€

Costo por persona en habitación dupla con WC en media pensión | 40€

Costo por persona en habitación dupla con WC con desayuno almoço | 35€

Refeições vegetarianas são possíveis, por favor avisar com antecedência.

Refecciones sin estadía | 13€

Sábado 7 de Agosto almuerzo "barbacoa" vegetariana puede participar sin hacer el curso. Sujeito a reservación previa.

También hay opción de algunos hoteles y turismos de habitación en la zona de Colares:

Hotel Arribas

tel. (00351) 219 289 050

fax. (00351) 219 292 420

url: <http://www.hotelarribas.pt/hotelarribas.php>

Hotel Miramonte

tel. (00351) 219288200

fax. (00351) 219291480

url: http://www.miramontesintrahotel.com/Hotel_Miramonte_Vip_Inn_Home.html

Quinta do Rodízio (200 mts do Rodisio S. Inácio)

tel.219282543

Casas con habitacion e kitchinette

Quinta da Vigia

tel. (00351) 219282877

url: <http://www.quintadavigia.com/>

Casal Santa Virgínia

tel. / fax. (00351) 219283198

url: <http://www.casalstvirginia.com/>

Quinta do Rio Touro

tel. (00351) 219292862

fax. (00351) 219292360

url: <http://www.quinta-riotouro.com/>

Quinta dos Junqueiros

telemovel (00351) 96 656 97 02

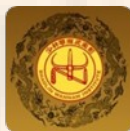
tel. (00351) 21 928 02 56

url: <http://www.quintajunqueiros.com/>

Secretariado - Informaciones y Inscripción: Daniela Anastasio

Praça Afrânio Peixoto 2, 1º Dtº 1000-009 Lisboa | Tel 218 478 713 | Fax: 218 421 173 | Tlm 919 721 111

info@shaolin-wahnam-portugal.com | www.shaolin-wahnam-portugal.com



Costos Seminarios Chi Kung y Cursos intensivos Kungfu Shaolin Wahnam e Taijiquan:

Chi Kung Shaolin Wahanam	Pago hasta 25/7	hasta 7/8
Auto Manifestación Energía Curso A	185€	200 €
Ducha Cósmica Curso B	185€	200 €
Respiración por Dan Tian Curso C	185€	200 €
Metamorfosis de los Tendones III Curso D	185€	200 €

Chi Kung Shaolin Wahanam	Pago hasta 25/7	hasta 7/8
Participación en 2 cursos	325€	350€
Participación en 3 cursos	425€	450€
Participación en 4 cursos	500€	525€

Taijiquan ou Kungfu + Chi Kung	Pago hasta 25/7	hasta 7/8
Wahnam Taijiquan	475€	500€
Kungfu Shaolin Wahnam	475€	500€
Kungfu ou Taiji + 1 curso Chi kung	600€	650€
Kungfu ou Taiji + 2 cursos Chi kung	750€	800€
Kungfu ou Taiji + 3 cursos Chi kung	825€	875€
Kungfu ou Taiji + 4 cursos Chi kung	950€	1000€

Kungfu + Taijiquan + Chi Kung	Pago hasta 25/7	hasta 8/8
Kungfu + Taijiquan	725€	750 €
Kungfu + Taijiquan+ 1 curso Chi Kung	825€	850€
Kungfu + Taijiquan+ 2 cursos Chi Kung	1000€	1025€
Kungfu + Taijiquan+ 3 cursos Chi Kung	1100€	1125€
Kungfu + Taiji+ 4 cursos Chi Kung	1175€	1200€

Para beneficiar de la reducción puede señalar sus cursos con 50% y liquidar la restante 1 semana antes del inicio del Campo de Verano:

NIB: 0033 0000 00018877619 19

IBAN: PT50 0033 0000 0001 8877 619 19

BIC/SWIFT: BCOMPTPL



Mapas

A partir de Plaza Marques de Pombal (Plaza Central de Lisboa)



A partir del Aeropuerto de Lisboa

