



# SEMINÁRIO DE CHI KUNG SHAOLIN WAH NAM

**MESTRE RICCARDO SALVATORE**

**LISBOA**

**Sábado 26 Janeiro 2013**

**8h45 às 11h30 e 10h30 às 13h30**

**“Particularmente neste momento a prática do Chi Kung Shaolin Wahnam**

**é uma aquisição preciosa e vital para a sua saúde,**

**vitalidade, frescura mental e paz interior ”**



**É frequente na nossa escola, em momentos particulares,**

**fomentar a participação conjunta de alunos  
independentemente do nível em que se encontram.**

**A experiência mostra-nos que os resultados para alunos,  
Instrutores e Mestres são sempre muito recompensadores.**

**Assim, neste primeiro Seminário de Chi Kung de 2013,  
existirá um momento comum aos módulos A e B  
em que serão abordados os princípios e as bases  
do Kung Fu e Taijiquan Shaolin Wahnam,  
facilitando a sua melhor compreensão  
ou uma abertura para uma  
compensadora prática futura.**

**Ou seja este seminário versará sobre os “Três Tesouros”  
as nossas três artes internas:  
Chi Kung, Kung Fu, Taijiquan.**

---

## **MÓDULO A**

**– Iniciação à prática e bases fundamentais –**

**9:00 às 11:30**

**Destinado a:**

**Quem nunca tenha praticado Chi Kung Shaolin Wahnam  
Praticantes SW que queiram aprofundar e/ou rever os fundamentos**

**Programa e objetivos:**

**Abordagem dos princípios e filosofia Shaolin Wahnam,  
nomeadamente das três artes internas Chi:**

**Chi Kung, Kung Fu, Taijiquan**  
**Praticar com eficácia exercícios para a saúde, equilíbrio e vitalidade**  
**Exercícios de base para uma prática autónoma,**  
**agradável, rápida e eficaz**

(Completado o módulo A pode optar integrar o Módulo B ministrado no mesmo dia)

---

## **MÓDULO B**

**– Praticantes Shaolin Wahnam –**

**11:00 às 13:30**

**Programa e objectivos:**

**Abordagem dos princípios e filosofia Shaolin Wahnam,**

**nomeadamente a trilogia de artes internas:**

**Chi Kung, Kung Fu, Taijiquan**

**Apurar e aprofundar a prática pessoal**

**Desenvolver paz, força interior e clareza mental**

**Apurar a capacidade de captar e fazer fluir energia cósmica**

---

**Módulo A ou B - 65€ (45€\*)**

**Módulo A + B - 95€ (65€\*)**

Número de vagas limitado

(\*) Alunos regulares das aulas de Kung Fu, Taijiquan Shaolin Wahnam

Pode optar por transferência bancária até 3 dias antes para

NIB 00-33-0000000-18877619-19

---

**Equipamento**

**Roupa confortável, sapatilhas ou meias grossas**

(não é permitido calçado de exterior)

**Local**

**Olaias Club | Rua Robalo Gouveia 2 - Lisboa**

**Metro Olaias - Linha Vermelha**

**Autocarro - 10 - 720 - 756 - 793**



## Informações e Inscrições

Tel. 21 847 87 13 | Tlm. 91 972 11 11

[info@shaolin-wahnam-portugal.com](mailto:info@shaolin-wahnam-portugal.com)

Copyright © 2013 Shaolin Wahnam Portugal

---