



SHAOLIN WAH NAM PORTUGAL

«...dedicado a preservar e transmitir as Artes Tradicionais de Shaolin em todo o mundo...»



SEMINÁRIO DE CHI KUNG

SHAOLIN WAH NAM
MESTRE RICCARDO SALVATORE
LISBOA

Sábado, 20 Abril 2013
8h45 às 11h30 e 11h00 às 13h30

«A prática de Cosmos Chi Kung e das Artes Internas Shaolin Wahnam são uma aquisição preciosa para a sua saúde, vitalidade, segurança, bem-estar, frescura mental e paz interior»



Tal como nos seminários recentes,
para além da prática de Cosmos Chi Kung,
teremos uma abordagem de Kung Fu e Taijiquan Shaolin Wahnam

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

Assim, neste Seminário de Chi Kung em 20 Abril 2013,
há um momento comum aos módulos A e B
em que serão abordados os princípios e as bases
do Kung Fu e Taijiquan Shaolin Wahnam,
para facilitar a compreensão da sua
aplicação prática e filosófico tão
compensadora na vida,
dia a dia

mais uma vez este seminário versará sobre os «Três Tesouros»
ou seja, as nossas três artes internas de Shaolin:
Chi Kung, Kung Fu, Taijiquan.



MÓDULO A

- Iniciação à prática e bases fundamentais -

Comparência 8h45 - Início às 9h00 até 11h30

Destinado a:

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

Programa e objectivos:

Abordagem dos princípios e filosofia Sholin Wahnam, nomeadamente das três artes internas:

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 -

Início às 11h00 até 13h30

Programa e objectivos:

Abordagem dos princípios e filosofia Sholin Wahnam, nomeadamente a trilogia das artes internas:

1ª parte:

Kung Fu, Taijiquan.

2ª parte:

Chi Kung. 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

Pode optar por transferência bancária até 3 dias antes para:

NIB 00-33-0000000-18877619-19

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

Equipamento

Roupa confortável, sapatilhas ou meias grossas
(não é permitido calçado de exterior)

Local

Olais 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

