



Mestre  
Riccardo Salvatore

SEMINÁRIO CHI KUNG SHAOLIN

# Recomeço e Renovação

Sábado, 28 Janeiro 2017

8:45 às 12:30 e 14h45 às 19h00

*A prática de Chi Kung e das Artes Internas Shaolin Wahnam,  
são uma aquisição preciosa para a saúde, vitalidade,  
frescura mental e paz interior.*

---



A arte de nos sabermos renovar  
para alcançar:

**Desenvolvimento Espiritual**

**Acuidade Mental**

**Confiança**

**Paz**

**Assim como**

**Gerir o Stress**

**Problemas de Saúde**

**Dores e processos crónicos**

**Falta de resistência e vigor físico**

---





### **MÓDULO B**

#### **Recomeço e Renovação**

Comparência às 8h45

Início às 9h00 até 12h30

#### **Destinado a:**

Praticantes Shaolin Wahnam  
que tenham vindo a manter  
uma prática pessoal regular

#### **Programa e objectivos:**

Sincronizar-se no novo ciclo  
Conseguir planificar e realizar  
Frescura mental, vigor e ânimo  
Reforçar corpo, alma e espírito  
Saber aprofundar e desenvolver  
o alcance da sua prática pessoal

### **MÓDULO A**

#### **Fluxo de Energia**

Comparência às 14h45

Início às 15h00 até 19h00

#### **Destinado a:**

Quem nunca tenha praticado  
Chi Kung Shaolin Wahnam  
Praticantes SW que queiram  
rever e aprofundar as bases

#### **Programa e objectivos:**

Filosofia Shaolin Wahnam  
Aprender uma pratica pessoal  
e autónoma, a partir de exercícios  
eficazes para corrigir problemas  
de saúde, obter vitalidade, paz  
interior e expansão espiritual

---

**Módulo A ou B - 65€**

**Módulo A+B - 115€**

**Número de vagas limitado**

**Pode optar por transferência bancária até 3 dias antes para:  
IBAN PT50 00-33-0000000-18877619-19**

---

#### **Equipamento**

**Roupa confortável, sapatilhas ou meias grossas**

**EQUINOW Estúdio 1**

**Olaias Club | Entrada principal**

**Rua Robalo Gouveia 2 - Lisboa**

**Metro Olaias - Linha Vermelha**

**Autocarros - 10 - 720 - 756 - 793**

