



Mestre
Riccardo Salvatore

SEMINÁRIO CHI KUNG SHAOLIN

Sintonia com o Inverno

Força Interna : Preparar o Futuro

Sábado, 11 de Novembro 2017

8:45 às 12:30 e 14:45 às 19:00

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



**A Arte de colher os frutos da prática
e aplicá-los no quotidiano para:**

**Desenvolvimento espiritual
Maior Acuidade Mental
Sucesso Pessoal
Confiança
Poder Vencer
Bloqueios
Tensão e stress
Problemas de saúde
Dores e processos crónicos
Falta de resistência e vigor físico**





MÓDULO A

Fluxo de Energia

Comparência 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 B

Sintonia com o Inverno

Comparência 8h45

Início às 9h00 até 12h30

Destinado a:

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

Programa e objectivos:

**Renovação, alinhamento, centragem
Sintonizar-se com a energia sazonal
Reforço da Estrutura Física e Óssea
Aumentar a Força Interna,
Visão Interior e preparar o Futuro
Desenvolver vitalidade, vigor, ânimo**

Módulo A ou B - 95€

Módulo A+B - 150€

Número de vagas limitado

**Pode optar por transferência bancária até 3 dias antes para:
NIB 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**

