



Mestre  
Riccardo Salvatore

SEMINÁRIO CHI KUNG SHAOLIN

# Resiliência e Auto-Confiança

Sábado, 28 Novembro 2015

8:45 às 12:30 e 14h45 às 19h00

---



**A Arte de harmonizar-nos  
e robustecer-nos  
para alcançar:**

**Desenvolvimento espiritual**

**Acuidade Mental**

**Confiança**

**Sucesso**

**Vencer**

**Bloqueios**

**Tensão e stress**

**Problemas de saúde**

**Dores e processos crónicos**

**Falta de resistência e vigor físico**

---



---

**NOVA SALA - EQUINOW Estúdio 3**



Mestre  
**Riccardo Salvatore**

### **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**

**Resiliência e Auto-Confiança**  
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, centragem.  
Alinhar-se com a energia sazonal  
Renovar a Energia Interna  
Reforçar o Sistema Imunitário  
Desenvolver vitalidade, vigor,  
ânimo

---

**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**

**NOVA SALA - EQUINOW Estúdio 3**

**Olaias Club | Entrada principal**

**Rua Robalo Gouveia 2 - Lisboa**

**Metro Olaias - Linha Vermelha**

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

