



## SEMINÁRIO INTERCALAR CHI KUNG SHAOLIN WAH NAM AULA DE WAH NAM TAIJIQUAN MESTRE RICCARDO SALVATORE

Escola Vasco da Gama - Expo

Sábado 24 de Outubro 2009

15:00 às 19:30

NOVOS HORÁRIOS

**ABERTOS A NOVOS PRATICANTES**

SEMINÁRIO DE CHI KUNG SHAOLIN WAH NAM Sábado 24 de Outubro das 15h às 18:00h

A quem se destina este Seminário e objectivos:

- Todos os que queiram conhecer esta arte milenar que é o Chi Kung, de forma a que possam após o seminário ter uma prática auto-suficiente eficaz e compensadora baseada nos conhecimentos que adquiriram.
- Praticantes de outros tipos de Chi Kung que queiram potencializar a sua prática com o Chi Kung Shaolin Wahnam.
- Praticantes Shaolin Wahnam de forma a apurarem a sua prática e alcançar níveis mais profundos.

Programa:

- Abordagem das bases fundamentais, filosofia e objectivos do Chi Kung Shaolin Wahnam
- Aprendizagem e prática de exercícios fundamentais de Chi Kung Shaolin Wahnam
- Custo : 65€

AULA DE WAH NAM TAIJIQUAN Sábado 24 de Outubro das 18h às 19:30h

Aula aberta tanto a quem queira conhecer como a quem já pratique esta maravilhosa arte.

Programa:

- Noções de base Wahnam Taijiquan, posturas para desenvolver força interna,
- Encadeamento dinâmico de posturas para uma prática individual diária eficaz e consistente.

Custo : 30€ (20€ participando no Seminário Intercalar de Chi Kung ou para os alunos semanais)

Local: Escola Vasco da Gama - Rua Ilha dos Amores (PSP) - Expo - 300 m da Torre Vasco da Gama - Bus 5 - 44 - 708

Google Maps: [Rua Ilha dos Amores \(clique aqui para ver mapa\)](#)

Equipamento: Roupa confortável, sapatilhas ou meias grossas

Mestre Riccardo Salvatore é o fundador de Shaolin Wahnam Portugal, desde 1996 Instrutor Chefe para Portugal e mais recentemente para os países de expressão portuguesa.

### REINICIO ACTIVIDADES SHAOLIN WAH NAM 2009/2010

Mestre Riccardo Salvatore

KUNGFU SHAOLIN WAH NAM

3º F 7:30 - 9:00 Olaias Clube -

5º F 20:30 - 21:50 Escola Vasco Gama - Expo

WAH NAM TAIJIQUAN

4º F 19:45 - 21:00 Olaias Clube

CHI KUNG SHAOLIN WAH NAM

Lisboa 2º 19h - 20h Esc. Eugénio dos Santos - Instrutor Paulo Gouveia

Coimbra 2º 20h30 - 21h30 R: Ant. Gonçalves, 93 - 3ºA - Instrutor João P. Sousa

Informações Gerais e Inscrições: Sónia Gingado: 21 847 87 13 / 91 972 11 11 Fax: 21 842 11 73

Praça Afrânio Peixoto 2, 1ºDtº 1000-009 Lisboa

<http://www.shaolin-wahnam-portugal.com/>

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