



SEMINÁRIO INTERCALAR CHI KUNG SHAOLIN WAH NAM
AULA DE WAH NAM TAIJIQUAN
MESTRE RICCARDO SALVATORE
Escola Vasco da Gama - Expo
Sábado 25 Abril 2009
8:30 às 13:00

ABERTOS A NOVOS PRATICANTES

AULA DE WAH NAM TAIJIQUAN **Sábado 25 de Abril** **8,30 às 9,50**

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

Programa:

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

Custo: 30€ (gratuita se participar no Seminário Intercalar de Chi Kung)

SEMINÁRIO DE CHI KUNG SHAOLIN WAH NAM **Sábado 25 de Abril 9.50h (inicio 10.00h) às 12.50h**

Aberto além de todos os praticantes Shaolin Wahnam a:

- Quem queira conhecer esta maravilhosa arte milenar que é o Chi Kung Shaolin Wahnam
- Praticantes de outros tipos de Chi Kung que queiram potencializar as suas bases com o Chi Kung Shaolin Wahnam

Programa:

- Bases fundamentais e objectivos da prática Chi Kung Shaolin Wahnam.
- Aprender a praticar de forma simples e auto-suficiente alguns exercícios de Cosmos Chi Kung para melhorar a saúde, vitalidade, frescura mental, paz interior e desenvolvimento espiritual.

Custo: 65€

Local: **Escola Vasco da Gama** - Rua Ilha dos Amores (PSP) - Expo - 300 mts da Torre Vasco da Gama

Autocarros 5 - 44 - 708

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

Equipamento: Roupa confortável, sapatilhas ou meias grossas

O Chi Kung Shaolin Wahnam é divulgado no mundo inteiro há mais de 30 anos pelo Grão-Mestre Wong Kiew Kit fundador do Instituto Shaolin Wahnam Chi Kung, Kungfu e Taijiquan.

Eleito "Homem do Ano" em S. Francisco, EUA, no 1º Congresso Americano de Chi Kung e 2º Congresso Mundial de Chi Kung. Autor de 10 livros sobre Chi Kung, Kungfu, Taijiquan, Budismo, Medicina Chinesa, Artes de Shaolin.

A escolha criteriosa dos exercícios mais adequados garante uma prática simples rápida e eficaz.

- **KUNGFU SHAOLIN WAH NAM** : Inscrições abertas - Início de novo grupo 5 Maio 2009

Aulas: 3ª - 7:30 às 9:00 Olaias Clube - R. Robalo Gouveia - Metro Olaias
5ª - 20:30 às 21:50 Escola Vasco da Gama - R. Ilha dos Amores - Expo

Custo: 1 Aula semanal 80€ 2 Aulas Semanais 100€

Informações Gerais e Inscrições: Sónia Gingado: 21 847 8 7 13 / Fax: 21 842 11 73

Praça Afrânio Peixoto - 2, 1ºDtº 1000-009 Lisboa Tel.218 478 713 Fax: 218 421 173

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

info@shaolin-wahnam-portugal.com