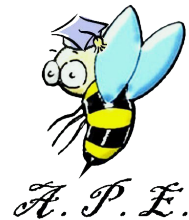




con il patrocinio del **COMUNE DI BUCCINASCO**



l'Associazione
"Accademia dei Poeti Erranti"



organizza

CORSO ANNUALE di TAI CHI CHUAN

a cura dell'istruttrice
VERENA BATTILANA



CORSO ANNUALE per ADULTI

Una prima parte è dedicata al rilassamento e al radicamento attraverso il *Chi Kung* (Forma Primaria), il *Metodo Biospirali* e il *Pa Tuan Chin* (stretching cinese). Si continua poi con movimenti introduttivi alla forma per poi approdare allo studio della *Forma Yang 108 movimenti*. Durante il primo anno di pratica viene trasmesso completamente il primo "Lu" e cioè i primi 24 movimenti. La lezione si conclude con il *Tui Shou* (il contatto), un lavoro che si svolge a coppie.

Il corso è suddiviso in **2 quadrimestri** da **16 lezioni ognuno**.

La 1^a lezione del 2° quadrimestre è una lezione di prova GRATUITA.

1° quadrimestre: Tutti i Mercoledì dalle 20:15 alle 21:30
dal 26 Settembre al 6 Febbraio

2° quadrimestre: Tutti i Mercoledì dalle 20:15 alle 21:30
dal 20 Febbraio al 12 Giugno

QUOTA ISCRIZIONE CORSO

150,00 € a persona a quadrimestre oppure **280,00 €** per l'intero anno con pagamento diretto all'Associazione A.P.E. da parte del partecipante al momento dell'iscrizione.

TESSERA ASSOCIATIVA

37,00 € a persona che comprende l'iscrizione per l'intero anno all'Associazione A.P.E. a al Centro Ricerche Tai Chi Italia da corrispondersi al momento dell'iscrizione.

Il tesseramento all'Associazione del Centro Ricerche Tai Chi comprende la copertura assicurativa alla UISP.



Le attività si svolgeranno presso la **Cascina Robbiolo**,
via Aldo Moro n. 7 - Buccinasco (MI)
tel. 340 2276891 - email: info.associazioneape@gmail.com