



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

Il *Tai Chi Chuan* non è una disciplina agonistica e, non richiedendo l'uso della forza fisica, può essere praticato da chiunque a qualsiasi età.

La pratica prevede una concatenazione di movimenti elastici e leggeri che, abbinata a tecniche di rilassamento e di respirazione, consente di sviluppare la forza interiore chiamata "*Chi*" che i maestri contrappongono alla forza muscolare, considerata nettamente inferiore e limitata.



**LEZIONE DI PROVA
GRATUITA:
MERCOLEDÌ
5 FEBBRAIO
dalle 20:15
alle 21:30**

TUTTI I MERCOLEDÌ

**dalle 20:15
alle 21:30**

1° QUADRIMESTRE

**dal 2 OTTOBRE
al 29 GENNAIO**

2° QUADRIMESTRE

**dal 5 FEBBRAIO
al 4 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

40,00 € a persona: comprende l'iscrizione per l'intero anno all'Associazione A.P.E a al Centro Ricerche Tai Chi Italia (inclusa la copertura assicurativa alla UISP) da corrispondersi al momento dell'iscrizione.

Le attività si svolgeranno presso la **CASCINA ROBBIOLO**,
via A. Moro n. 7 - Buccinasco (MI)

tel. 3403385075 - email: info.associazioneape@gmail.com - sito: www.apebook.it

www.comune.buccinasco.mi.it