

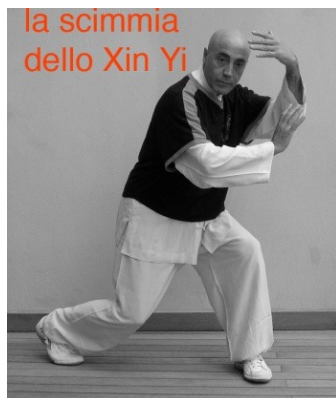
A.S.D. ZEN CLUB MANDURIA (TA)
Organizza il 10 Aprile 2011

IL 2° STAGE di TAIJI – NEI GONG – XIN YI QUAN L'OCCIDENTE INCONTRA L'ORIENTE

Per avere una Nuova Coscienza Ecologica del Corpo e della Mente



Dirige lo Stage il M° **GUO MING (George) XU** uno dei Massimi Esponenti Mondiali di Gong Fu cinese, Esperto di Altissimo Livello di Taiji, Ba Gua, Xin Yi Quan. E' la guida della Scuola "NEI DAN " di Bologna.



Sarà assistito dalla Preziosa collaborazione del M° **FLAVIO DANIELE** Fondatore della Scuola "NEI DAN " di Bologna e **Top Studente** del M° XU. E' uno dei migliori interpreti italiani di Arti Marziali Interne conosciuto e apprezzato a livello Internazionale.

PROGRAMMA

Mattina Ore 10,00 – 12,30: Nei Gong e Xin Yi Quan (Marziale)
Pomeriggio Ore 15,30 – 17,30: Nei Gong e Taiji Quan (Benessere)

- TAIJI QUAN** (Armonia del Corpo e dello Spirito e Yoga in movimento)
NEI GONG (il Benessere che viene dall'interno del Corpo, lavoro interno per Ristabilire le Energie Vitali del Corpo). Anticamente Bagaglio di tutte le ARTI MARZIALI. Sviluppa l'Elasticità e l'Intelligenza del Corpo, anche in Età Avanzata.
XIN YI QUAN (l'Arte del combattimento istintivo, l'efficienza nel combattimento reale, legame tra Mente e Cuore)

“ IL TAO DEL CUORE E DELLA MENTE “

XIN (Cuore): non inteso solo come Organo Fisico, ma come qualcosa di molto più vasto e coinvolgente, dove l'Organo Fisico non è solo la manifestazione materiale di Forze ed Energie che sostengono e nutrono l'Essere Umano, ma è anche centro d'interscambio Multifunzionale in cui l'Energia Vitale (QI) si trasforma in Energia Spirituale (SHEN).

XIN (Mente): non solo Processi Mentali, ma anche Qualità Interiori (Volontà, Attenzione, Concentrazione, Coscienza e Consapevolezza), non solo Razionalità ma anche Intuizione, non solo linguaggio ma anche Azione, non solo Cervello ma anche Cuore.

“Un Percorso all’Interno dell’Universo “UOMO” tra Scienza, Filosofia, Medicina e Arti del Corpo”

MOVIMENTO CREATIVO e CONSAPEVOLEZZA CORPOREA:

“ Il Movimento è alla Base della VITA “

Ogni nostra Azione, dal Parlare al Vedere, dall'Ascoltare al Respirare, dal Percepire al Pensare, Nasce dal Movimento. Esso comprende tutti i cambiamenti “ **SPAZIO – TEMPORALI** “ nello Stato e nelle Posizioni del Corpo e delle sue parti; Occupa gran parte **dell'ATTIVITA' del NOSTRO SISTEMA NERVOSO.**

Ingresso libero.

Per informazione: A.S.D. Zen Club Manduria Tel. 099-9738564\ Cell. 3287113646.