

SETTIMANA CULTURALE DI KUNG FU SHAOLIN

Una settimana per bambini e ragazzi dedicata a conoscere e approfondire le arti marziali, la storia, le leggende e la cultura tradizionale della Cina e dei Monaci Shaolin.

**24 - 28 Giugno / Il Kung Fu degli
Animali Shaolin**

**01 - 05 Luglio / Le armi dei Monaci
Shaolin**

**Da Lunedì a Venerdì dalle 10:00
alle 16:00**

**Presso lo Spazio LOCLOC
in via Valle Maggia 11 a Locarno**

COSTO GRUPPO FORMAZIONE:

- 250.- CHF (una settimana)
- 450.- CHF (due settimane)

COSTO ALUNNI:

- 300.- CHF (una settimana)
- 500.- chf (due settimane)

COSTO OSPITI:

- 350.- CHF (una settimana)
- 600.- chf (due settimane)





Un corso adatto a tutti

In queste settimane dedicate al KungFu Shaolin e alla cultura Cinese praticheremo arti marziali, studieremo calligrafia, degusteremo thè e faremo molte altre attività a tema sia in sede che all'aperto (importante: pranzo al sacco portato da casa). La prima settimana (giugno) è dedicata agli stili imitativi degli Animali praticati a Shaolin, la seconda (luglio) alle armi usate tradizionalmente dai Monaci Guerrieri. Questi corsi sono adatti sia a chi già partecipa alle nostre classi (o studia altre arti marziali) e vuole ampliare e approfondire le proprie conoscenze sia a chi non ha mai praticato discipline simili e vuole scoprirle in un ambiente professionale dedicato. La colonia è aperta a bambini e ragazzi fino ai 15 anni di età.

Programma

Programma orario:

- 10:00/11:30 Kung Fu mattutino (riscaldamento e allenamento tradizionale)
- 11:30/13:00 Pausa Pranzo
- 13:00/14:30 Attività extra
- 14:30/16:00 Kung Fu pomeridiano (allenamento tradizionale e stretching)

Attività extra giornaliera:

- Lunedì - Storia del Tempio Shaolin
- Martedì - Calligrafia Cinese
- Mercoledì - Acrobatica
- Giovedì - Giornata in piscina
- Venerdì - Gong Fu Cha (cerimonia del the cinese) e Leggende della Cina



PER PRENOTARE SCRIVERE UN'EMAIL A
info@shaolinnanyuan.ch
O CONTATTATECI AL NUMERO
+41 79 919 94 42