

MAESTRO CAPOSCUOLA XIA CHAOZHEN

Laureato in Medicina Tradizionale Cinese,
pratica arti marziali dall'età di sette anni.

E' stato campione di Tai Chi Chuan nella
provincia di Zhenjiang
(regione con oltre 47 milioni di abitanti)
e allievo dei migliori Maestri.

Il Maestro Xia insegna: **Taiji** (Tai Chi) stile Yang, Chen,
Sun e Wu sia a mani nude che con le varie armi:
spada, ventaglio, bastone, sciabola;
BaGuaZhang (Pakua);
QiGong (Chi Kung);
massaggio **Tui Na**.



COME ARRIVARE A SPIAZZI

L'HotelStella Alpina di Spiazzi è situato a 880 metri
sul livello del mare, sopra il Santuario Madonna
della Corona, una delle località più suggestive
d'Italia. Il Santuario è situato sul Monte Baldo
e domina a strapiombo la Val d'Adige
(www.madonnadellacorona.it).

La sistemazione è in Hotel in camere doppie,
singole o anche triple con bagno, TV e telefono
fisso, fino ad esaurimento posti disponibili.

I restanti ritardatari verranno alloggiati, allo stesso
prezzo, in camere multiple in un albergo vicino
(max. 100 m).

Per chi arriva in auto:

Dall' Autostrada A22 del Brennero, uscita casello
di Affi, girare a destra e proseguire per circa 500
metri, alla rotonda girare a sinistra in direzione
Spiazzi-Ferrara di Monte Baldo (circa 15 km),
oppure seguire indicazioni per Caprino Veronese
e in seguito per Santuario Madonna della
Corona.

Per chi arriva in treno:

Scendere alla Stazione di Verona e prendere
la Linea Autobus 71 da P.taNuova direzione Ferrara
di Monte Baldo (circa 1 ora e 30 minuti di tragitto).

Nin-Hao 您好 - ASD -

Associata PWKA e MSP

Iscrizione CONI N.89840

Tel: 331-3830291 - 334 2509720

Fax :0267910274

E-mail: info@ninhao.it

Website: www.ninhao.it

CAMPUS ESTIVI 2016

NIN HAO 您好 - ASD

ASSOCIAZIONE PWKA

**MAESTRO CAPOSCUOLA
XIA CHAOZHEN**



Hotel Stella Alpina – Spiazzi (VR)

DAL 26 AL 31 AGOSTO

STAGE DAL 26 AL 28 AGOSTO

Stage aperto anche a chi non ha mai praticato Taiji

- > **Arrivo alla sera di Giovedì 25**
cena con il Maestro Xia Chaozhen e gli istruttori
- > **Venerdì 26**
ore 9-12
Qi gong per l'energia interna,
ore 15-18
Forma Taijiquan stile Chen 18 forme
- > **Sabato 27**
ore 9-12
Qi gong per l'energia interna (seconda parte)
ore 15-18
Forma Taijiquan stile Chen 18 forme (continuazione)
- > **Domenica 28**
ore 9-12
Forma Taijiquan stile Chen 18 forme (continuazione)
ore 15-18
Tui Shou Da Lu - forma a coppie,
applicazioni

Il maestro Xia e gli istruttori di Nin Hao alloggeranno all'Hotel Stella Alpina; pranzi e cene saranno un momento di convivialità e approfondimento.

Gli stages si terranno nel prato antistante all'albergo e in caso di maltempo in un salone al primo piano della struttura stessa.

Al termine di ciascuno stage verrà consegnato un diploma di partecipazione firmato dal Maestro Xia Chaozhen.

UNO STAGE € 150
DUE STAGE € 250

Per i NON ISCRITTI a PWKA o Nin Hao: iscrizione socio € 40, comprensiva di polizza assicurativa. Indispensabile il certificato medico per pratica sportiva non agonistica

STAGE DAL 29 AL 31 AGOSTO

Stage aperto a tutti i praticanti divisi in 2 gruppi:
principianti, allievi avanzati e istruttori

- > **Arrivo alla sera di Domenica 28**
cena con il Maestro Xia Chaozhen e gli istruttori
- > **Lunedì 29**
ore 9-12
Ba Gua Zhang - 8 forme madre
ore 15-18
Bastone corto stile interno Wudang - forma a coppie
- > **Martedì 30**
ore 9-12
Ba Gua Zhang - 8 forme madre (continuazione)
ore 15-18
Bastone corto stile interno Wudang - forma a coppie (continuazione)
Fa jing (emissione energia), Tui Shou
- > **Mercoledì 31**
ore 9-12
Ba Gua Zhang - 8 forme madre (continuazione)
Fa jing (emissione energia), Tui Shou
ore 15-18
Bastone corto stile interno Wudang - forma a coppie (continuazione)
Fa jing (emissione energia), Tui Shou

La sistemazione alberghiera proposta prevede la pensione completa (comprese bevande) ad un prezzo speciale di € 150 in camera doppia (€ 290 per 6 giorni)

Per la camera singola è previsto un supplemento di € 15 a notte.

Per prenotare l'alloggio:

contattare direttamente l'albergo Stella Alpina:
p.le Giovanni Paolo II - Spiazzi (VR)
Tel: 045 62 47 082 Fax: 045 72 20 090
mail: info@stellaalpinahotel.it

Per gli stages versare entro il 30.06.16 € 100 di caparra con bonifico bancario:

IBAN: IT13K0305101618000030100279 NIN-HAO ASD

IMPORTANTE

Per un'ottimale organizzazione si prega di compilare e spedire, via fax allo 02-67910274 o via mail all'indirizzo info@ninhao.it, il presente modulo insieme alla copia del versamento. Ricordarsi di portare come controllo il presente modulo al momento dell'arrivo sul posto.

La/Il Sottoscritta/o

Cognome

Nome

Luogo e Data di Nascita

Indirizzo

Città

CAP

Telefono

Scuola di provenienza

Socio Nin-Hao PWKA Altra Associazione

CHIEDE L'ISCRIZIONE ALLO STAGE

Stage 26-28 Agosto

Stage 29-31 Agosto

Esprime il proprio consenso al trattamento dei dati personali, rilasciati in data odierna, per gli usi interni dell'Associazione Nin-Hao e per eventuali comunicazioni di iniziative future, ai sensi dell'art. 13 del D.L. 196/2003

Luogo, Data e Firma