



IWuA NEWS

PERCORSI FORMATIVI CSI INCONTRO MENSILE 23 e 24 Febbraio 2019

Programma ed orari del corso mensile che si terrà presso la sede di Ficulle il 23 e 24 febbraio 2019. Per altre informazioni fare riferimento alla precedente News o alla nostra pagina web: <http://www.iwua.it/calendario-delle-attivita-iwua-csi-2018-2019/>

Ora	Giorno/Prog	Docenti / Luogo	Note
	Sabato		
09:30	Apertura Corso Illustrazione del programma Distribuzione materiale didattico	M° Sergio Casavecchia Aula	
10:00 - 11:20	Qigong :ripasso programma già svolto Taijiquan :Â Forma Chen nuova codificata (prima parte)	M° Romina Quatela Palestra	
11:30 - 12:50	Qigong : Ripasso programma svolto Taiji ,approfondimenti forme dello stile Yang	M° Amori Mario Palestra	
13:00 - 14:50	Pausa Pranzo		
15:00 - 16:25	Didattica :dal Qi al Zhūangzi	D.ssa Romina Quatela Sinolga	

16:30 - 17:00	Taijiquan: Forma Chen nuova codificata (prima parte)	M° Romina Quatela Palestra	
17:10 - 19:00	Taiji: approfondimenti forme dello stile Yang	M° Amori Mario Palestra	
	Domenica 25 Novembre		
08:00 - 11:00	Taijiquan: Forma Chen nuova codificata (prima parte)	M° Romina Quatela Palestra	
11:10 - 12:50	Taiji: fondamentali e approfondimento forme stile Yang e Ventaglio	M° Amori Mario Palestra	
13:00 - 14:50	Pausa Pranzo		
15:00 - 16:25	Taijiquan: Forma Chen nuova codificata (prima parte) Tuīshǒu bā fǎ : Ripasso 8 tecniche di spinta con le mani	M° Romina Quatela Palestra	
16:30 - 18:00	Taiji, fondamentali e approfondimento forme di spada Yang	M° Amori Mario Palestra	
18:00 - 18:15	Registrazione su Budo Pass CSI Chiusura corso	Formatori palestra	