

Programma corso entusiasti ed istruttori AA 2024 – 2025

Saremo divisi in 2 gruppi: 1° livello e 2° livello: gli aspiranti istruttori dovranno partecipare al gruppo del loro livello, gli entusiasti saranno liberi di scegliere quale argomento studiare.

Indicativamente le giornate seguiranno questo **programma**

	1° Livello Istruttori	2° Livello Istruttori
10.00 – 11.20	Forza della Struttura <i>Fang Song</i> Esercizi del centro	Forza a spirale: <i>San Su Chin</i> Lavoro a solo, fermo e in movimento Lavoro a coppie
11.20 – 11.40	PAUSA	
11.40 – 13.00	Studio della forma Yang 108 <i>Tai Chi Chuan Ti I Lu</i> <i>Tui Shou Ti I Tao</i>	Studio della forma Yang 108 <i>Tai Chi Chuan Ti San Lu</i> <i>Tui Shou Ti San Tao</i>
13.00 – 14.00	PAUSA PRANZO	
14.00 – 15.20	4 Spinte codificate Suoni terapeutici di Mantak Kia	Scambio delle mani in movimento <i>Chi kung</i> delle biospirali
15.20 – 15.40	PAUSA	
15.40 – 17.00	<i>Chin'na</i> prima sequenza Forma e applicazioni	<i>Fan Chin'na</i> prima sequenza Forma e applicazioni
17.00 – 18.00	Ad incontri alterni approfondimento sulla didattica	Ad incontri alterni approfondimento sulla didattica

Date degli incontri

- 17 novembre 2024
- 15 dicembre 2024
- 12 gennaio 2025
- 9 febbraio 2025
- 9 marzo 2025
- 6 aprile 2025

Il corso è riservato ai soci, per chi già non lo fosse è richiesta la [compilazione del modulo di iscrizione](#) e il **versamento della quota associativa** prevista per l'anno accademico.

Contributo di partecipazione, da versare anticipatamente o il giorno stesso:

- Singola mezza giornata 40,00 €
- intera giornata 80,00 €
- 6 mezze giornate 200,00 €
- Intero corso 400,00 €