

Sede del Seminario:
Albergo ristorante Libia
Fino del monte (BG)



val seriana.

“a 700 metri sul livello del mare, l’Hotel Libia è uno dei simboli della capacità bergamasca di accogliere il visitatore con schiettezza e simpatia.” *Dal sito della*

A un’ora dai nostri luoghi di pratica, appena prima di Castione della Presolana, ristrutturato quest’anno nelle sue parti comuni è una struttura di medie dimensioni con camere doppie, triple e quaduple tutte con bagno in camera.

Per praticare avremo diverse opzioni all’aperto, circondati dalla solida energia delle montagne, ma ci sarà anche un spazio al chiuso, qualora il tempo fosse incerto.

Se possibile andremo alla ricerca di luoghi di pratica in aree più verdeggianti

Il senso di un seminario:

Immergersi per due giorni nella pratica senza distrazioni, dedicare tempi ampi ad argomenti fondamentali, confrontarsi con diversi insegnanti, nuovi temi e nuovi compagni. Stimoli essenziali per un approfondimento, per gettare semi pronti a sbocciare nella pratica “ordinaria”.

Modulo di iscrizione

Nome _____

Corso di _____

Tel _____

Mail _____

Anticipo _____

Firma _____

Esigenze alimentari particolari

Ai sensi dell’art. 13 della legge n. 675/96 autorizzo il trattamento dei miei dati personali per le esigenze della suddetta Associazione.

Prenotazioni nelle sedi di insegnamento della ASD.

Insegnanti:

Valter Doldi
Roberto Fiume
Alessio Ronchi

Info:

Associazione le radici e le ali
Tel.: 349.5235.520
Mail: ass.leradicieleali@gmail.com

COME L’ACQUA CHE SCORRE

Il grande tao scorre ovunque, verso sinistra e verso destra. Ama e sostiene tutte le cose, ma non domina sopra di esse”

Lao Tse

**Seminario residenziale annuale
della ASD le radici e le ali**



Incontro con docenti le radici e le ali: *Walter Doldi, Roberto Fiume, Alessio Ronchi.*

7-9 Giugno 2024
Fino del monte (BG)



Ritorna il seminario residenziale dopo un periodo di sosta e riprendiamo il titolo del seminario del 2014 che pensiamo sia rimasto attuale.

Dopo 10 anni la nostra pratica si è evoluta, arricchita da nuovi insegnamenti, nuove intuizioni, nuove prospettive.

Molto è cambiato ma il grande disegno è rimasto lo stesso e ci invita alla ricerca dell'armonia, dovunque essa si trovi.

Esploreremo questo tema con tutti gli strumenti che la nostra associazione propone nelle lezioni settimanali, ma con tempi più distesi e proveremo anche nuovi temi.

Tra le varie proposte: i principi base, le forze fondamentali, lo scambio delle mani, la forma e le sue applicazioni, e per chi fosse interessato, una introduzione alla sciabola.

Lo stage si rivolge a tutti i praticanti della forma Yang 108, anche principianti. Ove necessario si dividerà in gruppi omogenei.

Programma

Alterneremo momenti più "energetici", a momenti più "riflessivi", cercando di armonizzarci con il "fluire".

Venerdì 7 Giugno

18.00: Accoglienza, iscrizioni, sistemazione

19.15: Cena

20.15 - 21.30: Pratica

Sabato 8 Giugno

8.15 – 9.00: Chi Kung (facoltativo)

9.00: Colazione

9.30– 12.30: Pratica

13.00: Pranzo

16.00 –19.00: Pratica

19.30: Cena

Domenica 9 Giugno

8.15—9.00: Chi Kung (facoltativo)

9.00: colazione

9.30.- 12.30: pratica

13.00: Pranzo

N.B. Orari e programmi potranno essere modificati sia per ragioni climatiche, che per l'ispirazione degli istruttori in accordo con i partecipanti.

Quote di partecipazione

- Pens. Compl. Camera 3/4 P.L., 2 notti 4 pasti E. 130
- Pens. Compl. doppia , 2 notti 4 pasti E. 140
- Pens. Compl. singola , 2 notti 4 pasti E. 150
- Seminario completo da sommare alla pensione* E. 120

E' possibile partecipare anche solo a una parte dello stage. In questo caso le quote sono:

- Giornata pensione completa stanza multipla E. 65
- Giornata pensione completa stanza doppia E. 70
- Giornata pensione completa stanza singola E. 75
- Per una giornata di insegnamento E. 70
- Per ogni modulo lezione (3h) E. 33
- Per ogni pasto E. 20

Stanze doppie o a 3/4 posti letto, possibile anche opzione singola.

Lo stage si effettuerà solo se si raggiunge il numero sufficiente di prenotazioni entro il 18 Maggio. E' pertanto molto gradita la prenotazione entro questa data dando 20 euro d'anticipo.

Chi si prenota per tempo, verrà omaggiato di una meravigliosa maglietta della associazione.

L'ospitalità è aperta anche ad amici e parenti che non frequentano le lezioni ma vogliono approfittarne per passeggiare nei dintorni o semplicemente rilassarsi.