



# *Stage con il Maestro Zhu Tiancai*

## *Stage 18-19 Aprile*

### *Lezioni dal 06-17 aprile*

#### **Sabato 18 aprile**

**09:30 - 13:00** Dao Yin Tuna, Zhan Ssu Gong  
Condizionamento a Fang Song

**15.00 - 19.00** Richiesta la conoscenza della  
concatenazione a 4 mani Ding Bu, Huang Bu Tui  
Shou, Da Lu, (passi fissi, avanti indietro e liberi, con  
Qinna)

#### **Domenica 19 Aprile**

**09.30 - 13.30** per la prima volta in Italia Gli esercizi  
tradizionali per l'allenamento della forza:  
condizionamento al Fajin singolo e in coppia



*info@corpolibero.biz tel. 0481777737*

**Seminari e Lezioni di Tai Ji Quan Stile tradizionale antico "Chen"  
con il Gran Maestro Zhu Tiancai**



**da lunedì 06 a domenica 19 aprile 2000**

*con la traduzione del sinologo Maestro Fabio Smolari e la mediazione tecnica del  
Maestro Huang Shao Song*

**Dojo Kwon Lucky Sporting Club Arti Marziali  
Ronchi dei Legionari (Go), via Roma n. 15  
Telefono 335 438334 – 0481 777 737  
Da martedì 14 aprile a venerdì 17 aprile:**

**SEMINARIO I°  
sabato 18 aprile 2009:**

Quota: 60,00 Euro  
Quota sabato e domenica: Euro 100

**dalle ore 09.30 alle ore 13.00:**  
**Dao Yin Tuna Yang Shen Ba Fa** (8  
esercizi di qi gong: la mente guida l'energia e  
coordina la respirazione);  
**Zhan Ssu Gong** (movimento a spirale).  
Condizionamento al Fang Song  
Quota Euro 30

**Da lunedì 06 aprile a sabato 11 aprile.**

**LEZIONI del mattino\***  
dalle 09.00 alle 12.00

**LEZIONI della sera\***  
dalle 18.30 alle 20.30

**SEMINARIO II°  
sabato 18 aprile 2009:**

**\*Dettaglio del programma e quote di  
adesione in allegato**

**dalle ore 15.00 alle ore 19.00:**  
**GE SHOU (Tui Shou stile Chen)**  
Quota Euro 50.00; tutto il giorno Euro  
60,00

Quota Euro 25 a lezione;  
**Quota totale: Euro 320,00**

**SEMINARIO III°  
Domenica 19 aprile 2009**

**dalle 9.30 alle 13.30:**  
**Gli esercizi tradizionali per  
l'allenamento al Fajin singoli e in  
coppia**

*\* Zhu Tiancai, 19° generazione Chen, studente di  
Chen Zhaopi e di Chen Zhaokui, è diretto discendente  
di Chen Changxing da parte di madre. Appartiene ai  
"Quattro Guerrieri di Buddha" del villaggio di  
Chenjiagou. Nel 1996 è stato eletto come uno dei 13  
Gran Maestri di Tai Ji Quan in Cina. Si distingue per  
un tipo di Taiji ortodosso, legato alla tradizione delle  
ultime grandi generazioni di Maestri Chen.*

**\*\* Necessario procurarsi palla medica,  
bastone corto, bastone lung**

# Lezioni e seminari con il Maestro Zhu Tiancai

## 06 – 19 aprile 2009

Ronchi dei Legionari per informazioni Alessandra Marocco cell. 335438334  
alessandramarocco@virgilio.it



<i>1° settimana</i>	<i>Lunedì</i> <i>06 aprile</i>	<i>Martedì</i> <i>07 aprile</i>	<i>Mercoledì</i> <i>08 aprile</i>	<i>Giovedì</i> <i>09 aprile</i>	<i>Venerdì</i> <i>10 aprile</i>
<i>09.00 – 12.00</i>	Lao Jia	Lao Jia	Lao Jia	Lao Jia	Lao Jia
<i>18.30 – 20.30</i>	Lao Jia	Fa Jin 42	Sciabola	Lao Jia	Fa Jin 42
<i>2° settimana</i>	<i>Lunedì</i> <i>13 aprile</i>	<i>Martedì</i> <i>14 aprile</i>	<i>Mercoledì</i> <i>15 aprile</i>	<i>Giovedì</i> <i>16 aprile</i>	<i>Venerdì</i> <i>17 aprile</i>
<i>09.00 – 12.00</i>	Pasquetta	Xin Jia	Xin Jia	Xin Jia	Xin Jia
<i>18.30 – 20.30</i>	Pasquetta	Lao Jia	Fa Jin 42	Lao Jia	Xin Jia

<i>Seminario</i>	<i>Sabato</i> <i>18 aprile</i>	<i>Seminario</i>	<i>Domenica</i> <i>19 aprile</i>
<i>09.30 – 13.00</i>	Dao Yin Tuna Zhan Ssu Gong Esercizi di condizionamento al fang song	<i>09.30 – 13.30</i> <i>per la prima volta in Italia</i>	Gli esercizi tradizionali per l'allenamento al Fajin singoli e in coppia
<i>15.00 – 19.00</i> <i>Richiesta la conoscenza della concatenazione a 4 mani</i>	Ding Bu, Huang Bu Tui Shou, Da Lu, <i>(passi fissi, avanti indietro e liberi, con Qinna)</i>		