

SHÉN LÓNG

SCUOLA DI ARTI MARZIALI TRADIZIONALI CINESI-WUSHU



Corsi teorico-pratici di ginnastica medica cinese

La Società Sportiva Dilettantistica “Shen Long”, organizza, in collaborazione con l’Associazione Italiana di *Taijiquan* stile *Chen Xiaojia* ed *International Tong Yuan Wushu Association*, corsi di ginnastica terapeutica cinese tenuti dal dr. Lucio Pippa - medico di Medicina Tradizionale Cinese e maestro di *wushu* - e dai suoi collaboratori. I corsi consistono di lezioni durante le quali vengono insegnate metodiche sia statiche come il *Qigong*, che dinamiche appartenenti alla tradizione millenaria dell’arte marziale cinese (*Wushu*), in particolare agli stili tradizionali del *Taijiquan* stile *Chen Xiaojia*, *Baguazhang* e *Tongbeiquan*. Questi esercizi, come la pubblicazione di una vastissima letteratura scientifica ha ampiamente dimostrato, si sono rivelati adatti alla prevenzione ed al trattamento delle patologie reumatiche, cardio-circolatorie, respiratorie, neuropsichiatriche, ginecologiche, gastroenteriche ed all’acquisizione dell’armonia psico-fisica.

I corsi si svolgono il lunedì ed il mercoledì:

Ore 17.00 - 18.00 lezione di *Qigong*; ore 18.00 - 19.00 lezioni differenziate di *Taijiquan* e *Baguazhang*. I corsi prevedono delle lezioni differenziate per gli adulti e per i ragazzi dall’età di 5 anni ed hanno la durata di 10 mesi con inizio a settembre e conclusione a giugno. Il requisito richiesto è la possibilità di compiere movimenti senza importanti limitazioni funzionali.

I corsi dell’anno 2023/2024 avranno inizio mercoledì 6 settembre 2023 alle ore 18.00 presso il Centro “Dance Hall Venti 04” in Via Raiale n.116 a Pescara.

Segreteria: dal lunedì al venerdì, Massimo Biasone 377-2241185 ore 11.00 -15.00;

Sabato, Giulia Guazzieri 347-0794281 ore 9.00 - 13.00;

Amministrazione: dr.ssa Annafrancesca Marchegiani 347-1156552 ore 18.00 - 19.30.

Info: www.shenlong3.com - e mail: shenlong3.team@gmail.com

 SHEN LONG Scuola di Arti Marziali Tradizionali Cinesi

 @shen.long.ssd

