

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.

Gli incontri 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. I requisiti richiesti sono la possibilità di compiere movimenti senza importanti limitazioni funzionali, un certificato di idoneità alla pratica di attività sportiva di tipo non agonistico, il tesseramento allo CSEN tramite la Shén Lóng s.s.d.. Le prime due lezioni di prova saranno gratuite ed accessibili per tutti.

I corsi dell’anno 2024/2025 avranno inizio mercoledì 4 Settembre 2024 alle ore 18.00 presso il Centro “Dance Hall Venti 04” in Via Raiale n.116 a Pescara.

Contatti & info



Segreteria: Massimo Biasone – 3772241185 (lun-ven, ore 11.00-15.00)

Giulia Guazzieri – 3470794281 (sab, ore 09.00-13.00)

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



shenlong3.team@gmail.com



www.shenlong3.com / www.icxj.it / www.tongyuan.it / www.chen-taijiquan.org



Shén Lóng – Scuola di Arti Marziali Tradizionali Cinesi / ICXJ - Italy Chen Xiaojia
Tong Yuan Wushu / Shaobeiquan



@shen.long.ssd / @italychenxiaojia / @tongyuanwushu

