



Taijiquan stile Chen

ortodosso di Chenjiagou metodo famiglia Zhu

seminari 2019-2020

a Firenze



ISTITUTO WUSHU DI FIRENZE

ARTI MARZIALI E CULTURA CINESE

Corsi intensivi tutti i livelli

8 appuntamenti (2 quadrimestri)
1 volta al mese, 32 ore totali
sabato pomeriggio ore 15.00-19.00
minimo partecipanti 6

docente **Fabio Smolari**

istruttori **Marco Pinzani** e altri istruttori Tiancai Italia

programma principianti

- Daoyin tuna 18 fa (con wuji gong, taiji gong e chansigong tutte le modalità)
- prima forma antica (laojia yiluquan)
- introduzione al tuishou (tuishou rumen) in collaborazione con gli avanzati
- applicazioni marziali (yongfa) in collaborazione con gli avanzati

programma avanzati

- allenamento e correzione yilu
- seconda forma "colpi esplosivi" erlu paochui
- prima forma "nuova struttura" xinjia yilu
- tutte e 5 le modalità di tuishou prestabilito
- sciabola e spada

Note

- Le lezioni saranno modulate sul livello dei partecipanti
- Preiscrizione necessaria (semplice comunicazione email)
- I pagamenti si effettuano in loco alla prima lezione del quadrimestre

contributo
annuale
(8 appuntamenti)
principianti **240 €**
avanzati **300 €**
a quadrimestre
(4 appuntamenti)
principianti **140 €**
avanzati **180 €**



a **Bondeno** (Ferrara)

Corso istruttori primo livello Tiancai-Italia

8 appuntamenti (ultimo esame teorico-pratico)
1 volta al mese
6 ore sabato mattina e pomeriggio, 42 ore totali
docente **Fabio Smolari**
e istruttori Tiancai Italia

contributo
incluso esame
ed iscrizione
Tiancai-Italia
560 €

Programma:

- 18 daoyin tuna fa (1 wujigong, 8 taijigong, 9 chansigong)

- laojia 13 shi (forma semplificata a mani nude 13 struttura antica)
- laojia yilu (prima forma a mani nude struttura antica)
- tuishou (mano singola, piedi fissi)
- tecniche di pugno e calcio in coppia
- terminologia, teoria e storia del taijiquan

Corso intensivo studenti

8 appuntamenti
1 volta al mese
3 ore sabato mattina

docente **Fabio Smolari**
e istruttori Tiancai Italia

Programma:

- 18 daoyin tuna fa (1 wujigong, 8 taijigong, 9 chansigong)
- laojia 13 shi (forma semplificata a mani nude 13 struttura antica)
- laojia yilu (prima forma a mani nude struttura antica)

contributo annuale
(8 appuntamenti)
240 €

a quadrimestre
(4 appuntamenti)
140 €

Seminari col maestro Zhu Xiangqian

XX generazione Taijiquan di Chenjiagou
Assistenza ed interpretariato **Fabio Smolari**

in corso di definizione

note

1. Tutti i corsi prevedono un'iscrizione con pagamento alla prima lezione del quadrimestre
2. In caso di mancata attivazione di un corso le somme eventualmente versate saranno restituite per intero.
3. In caso le date subiscano modifiche, lo studente sarebbe per tempo informato.

