



L'A.T.I. Associazione Tang Lang Italia organizza:

VACANZA STUDIO dal 29 AGOSTO al 1 SETTEMBRE 2019

a MILANO

Programma:

MATTINA :

6,30 – 7,30 Qi Gong Da Li gong_ esercizi per potenziare il corpo.
Yin/Yang nel corpo_ lavoro sulla forza morbida.

9,30 – 12,30 Taiji Meihua Tang Lang_ avanzamento nel programma didattico di
pertinenza.
Shuai Jiao_ esercizi di lotta cinese da integrare nel combattimento

POMERIGGIO:

15,00 – 18,00 Prese e Leve_ afferrare e intrappolare
Chen Taiji Metodo Hong_ avanzamento di programma

**QUESTO SEMINARIO E' VALEVOLE PER
L'ESAME DEL PASSAGGIO DI CINTURA**

E' possibile pernottare in palestra con sacco a pelo. La struttura si trova in una posizione strategica della movida milanese e nelle vicinanze dei Navigli.

Per i pasti abbiamo una convenzione con un ristorante cinese dove è possibile degustare piatti tipici orientali: Ramen, Dim Sum, sushi, acqua minerale e thè, a partire da €9

COSTO DEL SEMINARIO:

4 giorni di seminario €220

3 giorni di seminario €195

2 giorni di seminario €150

SCONTO DEL 15 % PER CHI SI ISCRIVE ENTRO IL 15 luglio 2019

4 gg scontati €187
3 gg scontati €165,75
2 gg scontati €127.50

Per iscriversi utilizzare il seguente codice IBAN:

intestazione A.T.I. (Associazione Tang Lang Italia)

IT 26 N 03111 01652 0000000 71774

BIC: BLOPIT22

nella causale indicare SEMINARIO DI FINE ESTATE 2019

Per ulteriori informazioni mamandra@libero.it : cell, 338 9208120

SCHEMA DI ADESIONE (*da compilare)

Il Sottoscritto _____

Nato/a il _____ a _____

Residente a _____ in Via _____

Tel _____ e-mail _____

Desidera partecipare al raduno di fine estate del Maestro Mario Mandrà

Ai sensi e per gli effetti degli art. 1341 e 1342 del C.C. il sottoscritto dichiara di approvare espressamente e senza riserve il contenuto delle pagine di cui sopra, delle modalità di adesione, per partecipare al seminario estivo. Il sottoscritto autorizza il trattamento dei dati personali ai sensi della legge 675/1996.

Milano li _____

Letto, confermato e sottoscritto _____

*campo obbligatorio