



**SCUOLA DI KUNG FU E TAI CHI "DAE WOUNG"**

# Stage Nazionale RAPALLO - 22/23 Luglio 2017

## Programma di massima :

### **Sabato 22 luglio :**

- Ore 09.00 - 10.00 Ritrovo, iscrizione, sistemazione
- Ore 10.00 - 12.30 Lezione di Tai Chi
- Ore 13.00 - 16.00 Pausa pranzo – momento di celebrazione presso la tomba del Maestro
- Ore 16.00 - 18.00 **Assemblea degli Istruttori Responsabili della Scuola "Dae Woung"**
- Ore 18.00 - 20.00 Lezione di Kung Fu o Tai Chi
- Ore 21.00 - 23.00 Cena

### **Domenica 23 luglio :**

- Ore 07.00 - 08.00 Automassaggio e Meditazione
- Ore 08.00 - 09.00 Colazione
- Ore 09.00 - 10.00 Teoria e medicina cinese
- Ore 10.00 - 12.30 Lezione di Tai Chi
- Ore 13.00 - 16.00 Pausa pranzo
- Ore 16.30 - 18.00 Esami Tai Chi e/o Kung Fu
- Ore 18.00 - 20.00 Lezione di Kung Fu o Tai Chi
- Ore 20.30 - 21.00 Saluti e partenze

### **VITTO e ALLOGGIO :**

*Pernottamento nell'alloggio della struttura (max 12 posti letto) o con altre sistemazioni (dormitorio, tenda, sacco a pelo, ecc.)*

*Chi desidera potrà arrangiarsi utilizzando la cucina dell'alloggio (che dovrà essere restituita pulita).*

*Per chi non gradisse nessuna tra queste soluzioni dovrà necessariamente occuparsi personalmente di cercare vitto e alloggio presso le strutture ricettive di Rapallo.*

**IMPORTANTE :** *si prega di prenotare in tempo per predisporre il necessario per il vitto e l'alloggio*

### **SEDE :**

Tempio di Kung-Fu & Tai-Chi Dae Woung "Chen Gi In" - Via Comega, 9 - RAPALLO (GE)

INFO : Soon Young Telefono : 0185.51489 – Cellulare : 333.4895308 - E mail: [shinchaesy@hotmail.com](mailto:shinchaesy@hotmail.com)