



SCUOLA DI KUNG FU E TAI CHI DAE WOUNG

STAGE NAZIONALE – CAVRIAGO (RE) – 4/5 FEBBRAIO 2017

Programma :

SABATO 4

- Ore 09.00 - 10.00 Ritrovo, iscrizione, sistemazione
- Ore 10.30 - 11.00 *Lezione riservata ai soli istruttori*
- Ore 11.00 - 13.00 Lezione Tai Chi o Kung Fu
- Ore 13.30 - 16.00 Pausa pranzo
- Ore 16.00 - 17.30 Esami di grado
- Ore 17.30 - 19.30 Lezione Kung Fu o Tai Chi
- Ore 20.00 - 23.00 Cena

DOMENICA 5

- Ore 08.00 - 08.30 Colazione
- Ore 09.00 - 10.00 *Lezione Teorica*
- Ore 10.30 - 11.00 *Lezione riservata ai soli istruttori*
- Ore 11.00 - 13.00 Lezione Tai Chi o Kung Fu
- Ore 13.30 - 16.00 Pausa pranzo
- Ore 16.30 - 18.30 Lezione Kung Fu o Tai Chi
- Ore 19.00 - 19.30 Saluti e partenze

NOTE e COSTI :

La disponibilità di più sale e maestri simultaneamente permetterà di effettuare lezioni di Tai Chi e di Kung Fu in contemporanea, in modo che ogni partecipante possa prender parte a due lezioni di pratica al giorno. Le lezioni in *corsivo* sono facoltative, ma sono comprese nei prezzi. Un valore aggiunto per chiunque sia interessato.

Il costo dell'intero stage (4 lezioni) è di € 65 + € 5 per uso palestra (**€ 70 in totale**).

Per chi fa un giorno solo (2 lezioni) è di € 35 + € 5 uso palestra (**€ 40 in totale**). Lezione singola € 25.

VITTO e ALLOGGIO :

Per il pernottamento sono possibili varie soluzioni: sono presenti numerosi bed & breakfast nella zona a prezzi convenienti. In alternativa è possibile pernottare in palestra gratuitamente usufruendo dei numerosi tatami presenti, portando sacco a pelo e/o coperte, ecc.

La palestra è dotata di cucina e sala pranzo: pertanto sarà possibile consumare i pasti arrangiandosi direttamente nella struttura ad un costo di **€ 12/cad.** (compresa acqua, ma escluse altre bevande). Per chi non gradisse questa soluzione ci sono comunque nella zona ristoranti e/o pizzerie convenzionati.

N.B.:

Ci siamo sforzati di contenere al massimo i costi nella speranza di avere una grande affluenza.

Questo primo ritrovo simboleggia la ripartenza della nostra scuola dopo la dipartita del nostro Maestro.

Per questo è importante che ogni scuola si sforzi di coinvolgere il maggior numero di allievi possibile.

SEDE:

Palestra "ARTI D'ORIENTE" - Associazione Sportiva Dilettantistica

Via Partigiani d'Italia, 18A - 42025 CAVRIAGO (RE) - Tel. palestra: 0522/371330 - www.artioriente.it

INFO : Carlo Marmiroli cell.: 335/5438883 – www.shindaewoung.com – mail: info@artioriente.it