

## PROGRAMMA

### MERCOLEDÌ 30 GIUGNO

ARRIVI NEL POMERIGGIO O IN SERATA

### DA GIOVEDÌ 1 LUGLIO A SABATO 3 LUGLIO

8h00 - 9h00 QI GONG  
10h00 - 12h30 TAI JI QUAN, TAIJI JIAN, TUISHOU  
16h00 - 19h00 XING YI QUAN, YI QUAN

L'allenamento del pomeriggio è riservato agli allievi progrediti interessati alla preparazione e alla pratica del combattimento a mani nude e con le protezioni (maschera con visiera e guanti).

### DOMENICA 4 LUGLIO

8h00 - 9h00 QI GONG  
10h00 - 12h30 TAI JI QUAN, TAIJI JIAN, TUISHOU  
13h00 CONCLUSIONE STAGE

### RICORDARSI PROTEZIONI E SPADA TAIJI!!!

Possibile visione DVD tecnici  
Possibili momenti serali di meditazione



## COME ARRIVARE

### HOTEL CENTO PINI

Via Don A. Mariotti, 6  
47855 Gemmano (Rimini)

[www.centopini.com](http://www.centopini.com)

### COME RAGGIUNGERE L'HOTEL

Autostrada Adriatica (A14) Uscita **Cattolica**, seguire indicazioni per **Morciano di Romagna-San Marino**. Attraversata la cittadina di Morciano di Romagna si trova il cartello segnaletico per **Gemmano**.

Dopo circa Km 3 sulla sinistra si trova ulteriore indicazione per Gemmano.

L'albergo Cento Pini è situato sulla destra a mt. 100 dal paese.

### ABBIGLIAMENTO PER LA PRATICA

Tuta sportiva, t-shirt o polo dell'associazione, scarpe ginniche per esterni e per interni (pulite).



[www.movimentopercezione.org](http://www.movimentopercezione.org)

## STAGE ESTIVO RESIDENZIALE



HOTEL CENTO PINI \*\*\* - GEMMANO

1 - 4 LUGLIO 2010

### ARTI INTERNE CINESI

QI GONG - TAI CHI CHUAN  
PER TUTTI

YI QUAN - XING YI QUAN  
PER ISTRUTTORI E PROGREDITI

CON IL M° PAOLO MAGAGNATO



**MOVIMENTO E PERCEZIONE**

[www.movimentopercezione.org](http://www.movimentopercezione.org)  
[mpaolo@movimentopercezione.org](mailto:mpaolo@movimentopercezione.org)  
333.7257931

## DISCIPLINE

### TAI JI QUAN (T'AI CHI CH'UAN)



Arte del bilanciamento, dell'equilibrio, del pieno e del vuoto. Lentezza, continuità, sviluppo di una costante e profonda sensibilità.

### QI GONG (CHI KUNG)



Semplici esercizi di regolazione del respiro, controllo della postura e dell'energia, uso del suono.

### YI QUAN (I CH'UAN)



Boxe dell'istinto e della mente, attivazione interna che permette di rendere efficace qualunque gesto.

### XING YI QUAN (HSING I CH'UAN)



Boxe della forma e dell'intenzione, arte basata sui movimenti dei 5 elementi e sull'imitazione degli animali.

## IL MAESTRO



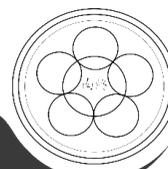
Paolo Magagnato pratica arti marziali dal 1977, è diplomato ISEF e laureato in Scienze Motorie, è inoltre Presidente della CHENG MING EUROPE.

Allievo del M° Guo Guizhi per il DA CHENG QUAN (YI QUAN) e del M° Wang Fulai per le altre arti interne cinesi (XING YI QUAN, BA GUA ZHANG, TAI JI QUAN), Paolo Magagnato ha praticato con numerosi maestri orientali e occidentali realizzando una notevole esperienza personale, pratica e didattica; egli continua tuttora la sua ricerca viaggiando in Oriente e invitando con MOVIMENTO E PERCEZIONE esperti di varie discipline.

CHENG MING Europe

中華武術歐洲誠明協會

Te'i Chi Ch'uan & Chinese Internal Martial Arts Association



## COSTI INDIVIDUALI

### HOTEL CENTO PINI \*\*\*

COSTI GIORNALIERI:

Cam. doppia € 35 Pensione Completa

€ 32 Mezza Pensione (prima colazione e cena)

Trattamento in pensione completa comprensivo di:  
colazione a buffet  
pranzo e cena con doppio menù e buffet di verdure fresche  
acqua compresa ai pasti

### ALLENAMENTI

Stage completo € 250

Singolo allenamento € 40

**CAPARRA NON RIMBORSABILE €100.**

**PER GLI ISCRITTI ENTRO IL 31 MAGGIO 2010**  
**STAGE COMPLETO A € 220. POSTI LIMITATI.**

