

## **MAESTRO CAPOSCUOLA XIA CHAOZHEN**

Laureato in Medicina Tradizionale Cinese, pratica arti marziali dall'età di sette anni. E' stato campione di Tai Chi Chuan nella provincia di Zhenjang (regione con oltre 47 milioni di abitanti) e allievo dei migliori Maestri.

*Il maestro Xia insegna: Taiji stile Yang, Chen, Sun, Wu, sia a mani nude che con le varie armi: spada, ventaglio, bastone e sciabola: Bagua Zhang; Qigong; Xing Yi Quan; massaggi Tui Na*



## **COME ARRIVARE A SPIAZZI**

L'Hotel Stella Alpina di Spiazzi è situato a 880 metri sul livello del mare, sopra il Santuario Madonna della Corona, una delle località più suggestive d'Italia. Il Santuario è situato sul Monte Baldo e domina a strapiombo la Val d'Adige ([www.madonnadellacorona.it](http://www.madonnadellacorona.it)).

La sistemazione è in Hotel in camere doppie, singole o anche triple con bagno, TV e telefono fisso, fino ad esaurimento posti disponibili. I restanti ritardatari verranno alloggiati, allo stesso prezzo, in camere multiple in un albergo vicino (max. 100 m).

Per chi arriva in auto:

Dall'Autostrada A22 del Brennero, uscita casello di Affi, girare a destra e proseguire per circa 500 metri, alla rotonda girare a sinistra in direzione Spiazzi-Ferrara di Monte Baldo (circa 15 km), oppure seguire indicazioni per Caprino Veronese e in seguito per Santuario Madonna della Corona.

Per chi arriva in treno:

Scendere alla Stazione di Verona e prendere la Linea Autobus 71 da P.ta Nuova direzione Ferrara di Monte Baldo (circa 1 ora e 30 minuti di tragitto).

**Nin-Hao 您好 - ASD -**  
ASSOCIATA MSP/PWKF

TEL: + 39 335 5903439  
+ 39 334 2509720

E-MAIL: [info@ninhao.it](mailto:info@ninhao.it)  
WEBSITE: [www.ninhao.it](http://www.ninhao.it)

## **CAMPUS ESTIVI 2017**

**NIN HAO 您好 - ASD**

**MAESTRO CAPOSCUOLA  
XIA CHAOZHEN**



*Hotel Stella Alpina - Spiazzi (VR)*

**DAL 26 AL 31 AGOSTO**

## STAGE DAL 26 AL 28 AGOSTO

Stage aperto anche a chi non ha mai praticato Taiji

### > Arrivo alla sera di Venerdì 25

cena con il Maestro Xia Chaozhen e gli istruttori

### > Sabato 26

ore 9-12

Ricerca dell'energia interna del Taijiquan (Tai Chi Chuan) e del Qigong (Chi Kung)

ore 15-18

Xing Yi Quan (Hsing I Chuan) - studio delle energie dei 5 elementi

### > Domenica 27

ore 9-12

Ricerca dell'energia interna del Taijiquan (Tai Chi Chuan) e del Qigong (Chi Kung) (seconda parte)

ore 15-18

Xing Yi Quan - studio delle energie dei 5 elementi (continuazione)

### > Lunedì 28

ore 9-12

Xing Yi Quan - studio delle energie dei 5 elementi (continuazione)

ore 15-18

Taijiquan e Xing Yi Quan: l'energia interna - applicazioni

Il maestro Xia e gli istruttori di Nin Hao alloggeranno all'Hotel Stella Alpina; pranzi e cene saranno un momento di convivialità e approfondimento.

Gli stages si terranno nel prato antistante all'albergo e in caso di maltempo in un salone al primo piano della struttura stessa.

Al termine di ciascuno stage verrà consegnato un diploma di partecipazione firmato dal Maestro Xia Chaozhen.

**UNO STAGE € 150**

**DUE STAGE € 250**

N.B. per i NON ISCRITTI a PWKF/MSP o Nin Hao:

iscrizione socio € 40, comprensiva di polizza assicurativa.

Indispensabile il certificato medico per pratica sportiva non agonistica

## STAGE DAL 29 AL 31 AGOSTO

Stage aperto a tutti i praticanti divisi in 2 gruppi:  
principianti, allievi avanzati e istruttori

### > Arrivo alla sera di Lunedì 28

cena con il Maestro Xia Chaozhen e gli istruttori

### > Martedì 29

ore 9-12

Ricerca dell'energia interna e del Fa Jing

ore 15-18

Bastone corto stile interno Wudang - forma a coppie

### > Mercoledì 30

ore 9-12

Ricerca dell'energia interna e del Fa Jing (seconda parte)

ore 15-18

Bastone corto stile interno Wudang - forma a coppie (continuazione)

### > Giovedì 31

ore 9-12

Bastone corto stile interno Wudang - forma a coppie (continuazione)

ore 15-18

Esercizi a coppie di difesa personale

La sistemazione alberghiera proposta prevede la pensione completa (comprese bevande) ad un prezzo speciale di € 150 in camera doppia (€ 290 per 6 giorni)

Per la camera singola è previsto un supplemento di € 15 a notte.

#### Per prenotare l'alloggio:

contattare direttamente l'albergo Stella Alpina:

p.le Giovanni Paolo II - Spiazzi (VR)

Tel: 045 62 47 082 Fax: 045 72 20 090

mail: info@stellaalpinahotel.it

Per gli stages: è consigliabile versare entro il 30.06.17  
€ 100 di caparra tramite bonifico bancario.  
L'IBAN verrà comunicato via mail una volta inviato il modulo compilato.

PER UN OTTIMALE ORGANIZZAZIONE SI PREGA DI COMPILARE E  
SPEDIRE VIA MAIL ALL'INDIRIZZO: [www.ninhao.it](http://www.ninhao.it).  
IL PRESENTE MODULO E LA COPIA DEL VERSAMENTO.

La/il sottoscritta/o - cognome, nome:

Luogo e data di nascita:

Indirizzo:

Città:

Telefono e mail:

Eventuale scuola di provenienza:

Socio Nin Hao \_\_\_ PWKF \_\_\_ altra associazione \_\_\_\_\_

#### CHIEDE L'ISCRIZIONE ALLO STAGE

\_\_\_ Stage 26-28 Agosto

\_\_\_ Stage 29-31 Agosto

ESPRIME IL PROPRIO CONSENSO AL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONAL, RILASCIATI IN DATA ODIERNA, PER GLI USI INTERNI DELL'ASSOCIAZIONE NIN HAO E PER EVENTUALI COMUNICAZIONI DI INIZIATIVE FUTURE, AI SENSI DELL'ART. 13 DEL D.L. 196/2003

Luogo, data e firma \_\_\_\_\_