

**CAMPUS ESTIVO NAZIONALE SETTORE SHAOLIN WUSHU LIBERTAS**  
**SHAOLIN KUNG FU – TAI JI QUAN – QI GONG**  
**16 – 18 AGOSTO 2010**

**PRESSO IL VILLAGGIO TURISTICO GE TOUR (Lignano viale Centrale 29 33054 )**  
**IN COLLABORAZIONE CON L'ENTE NAZIONALE DI PROMOZIONE SPORTIVA LIBERTAS**

**Arrivo lunedì 16 pomeriggio / sera – accoglienza – cena.**

---

**Martedì 17:**

- ore 7:00 – 8:00 Qi Gong (ginnastica energetica) per tutti
- ore 8:00 – 9:00 colazione
- ore 9:00 – 10:30 Tai Ji Quan stile Chen aperto a tutti. Studio della forma Lao Jia Yi Lu (forma lunga dell'antico telaio)
- ore 10:30 – 12:00 Shaolin Wushu aperto a tutti. Studio della forma Yin Sho Guen (bastone Shaolin)
- ore 12:00 pranzo
- ore 15:00 – 16:00 Tai Ji Quan aperto a tutti
- ore 16:00 – 17:00 Shaolin Wushu aperto a tutti. Studio della forma tradizionale Chao Yan Quan (Box del sole che sorge)
- ore 17:00 – 18:00 difesa personale per tutti
- ore 19:00 cena

**Mercoledì 18:**

- ore 7:00 – 8:00 Qi Gong (ginnastica energetica) aperta a tutti
- ore 8:00 – 9:00 colazione
- ore 9:00 – 10:30 Tai Ji Quan aperto a tutti. Studio della forma Lao Jia Yi Lu (forma lunga dell'antico telaio)
- ore 10:30 – 12:00 Shaolin Wushu aperto a tutti. Studio della forma Shaolin Dao (sciabola Shaolin)
- ore 12:00 pranzo
- ore 15:00 – 16:00 Tai Ji Quan aperto a tutti. Studio della forma Lao Jia Yi Lu (forma lunga dell'antico telaio) e lavoro in coppia
- ore 16:00 -17:00 Shaolin Wushu aperto a tutti. Studio della forma tradizionale Chao Yan Quan (Box del sole che sorge)
- ore 17:00 – 18:00 difesa personale per tutti
- Partenza

---

**Quote di partecipazione:**

- Seminario completo (14 ore di lezione) euro 120
- Seminario parziale (solo ore relative al Tai Ji o allo Shaolin più seminari comuni totale 9 ore di lezione) euro 90
- Una giornata intera (7 ore di lezione) euro 80
- Una giornata intera (solo ore relative al Tai Ji o allo Shaolin più seminari comuni totale 3 ore e 30 di lezione) euro 45

**N.B. PER I RAGAZZI DAI 12 AI 18 ANNI SONO PREVISTE QUOTE DI PARTECIPAZIONE SCONTATE. SARANNO COMUNICATE AL PIU' PRESTO.**

**Quote di vitto e alloggio:**

- Pensione completa (dal pomeriggio e cena di lunedì 16 al pranzo di mercoledì 18 bevande escluse) euro 80
- Pensione completa di un giorno (bevande escluse) euro 65
- Bambini fino a tre anni gratis

- Bambini dai tre ai sei anni sconto del 40%
- Ingresso alle strutture senza pernottamenti euro 10

**N.B.** Le quote sono previste per l'utilizzo di camere doppie/triple/quadruple. Per camere singole è previsto un supplemento. Bevande ai pasti (€ 2,50 per ¼ di vino e ½ l. d'acqua naturale). Utilizzo palestra, piscina olimpica e semiolimpica coperta, € 2,00 ad accesso per gli ospiti del villaggio.

**LE ISCRIZIONI DOVRANNO PERVENIRE ENTRO E NON OLTRE GIUGNO 2010**

**LA PARTECIPAZIONE E' APERTA AD ACCOMPAGNATORI NON PRATICANTI I QUALI POTRANNO USUFRUIRE DELLE STRUTTURE DEL VILLAGGIO E DELL'ACCESSO ALLA SPIAGGIA IN PIENA STAGIONE AD UN PREZZO DI FAVORE (LO STESSO DEI PRATICANTI PER VITTO E ALLOGGIO)**

Per ulteriori informazioni rivolgersi al maestro Biasucci: sito [www.tigrebianca.it](http://www.tigrebianca.it), email [info@tigrebianca.it](mailto:info@tigrebianca.it), telefono 3498179318.

---

---