

La scuola di Arti Marziali Kayuntao propone un corso di

Stili interni cinesi tradizionali

Tai Ji Quan - Ba Gua Zhang - Xing Yi Quan

Le 3 antiche arti marziali, intimamente legate alla cosmologia cinese ed alla filosofia taoista. Seppure diverse nel ritmo e nelle movenze, costituiscono in realtà un corpo unico di insegnamenti secondo la **tradizione Wudang**.

il Venerdì dalle ore 19,00 alle 20,00 in via Saliceto 1, Bologna



ORDINE KAYUN

武当
派

Wudang Pai



Programma aperto a tutti, grazie all'approccio che predilige la concentrazione e la coordinazione è possibile praticare **senza una specifica preparazione fisica**.

La gradualità del sistema consente ad ognuno di apprezzare quelle che non sono soltanto **eleganti arti marziali**, ma anche metodi completi di esercizio fisico ed evoluzione spirituale, gratificando tutti con notevoli benefici sullo stato di salute.

Per praticare sono sufficienti abiti comodi (meglio se una tuta) e scarpe da ginnastica o ritmica.

Nicola Lagalante

pratica dal 1988 con il Maestro Alessandro Mattioli,
dal 1995 svolge l'attività di istruttore di stili interni cinesi.



**ASD
GIOCA**