

Roma, 02.03.2023  
Prot.n.923

Ai Comitati Regionali AICS  
Ai Comitati Provinciali AICS  
Alle Società di Arti Marziali Cinesi  
Loro Sedi

Oggetto: Stage Nazionale di Shaolin e Wudang Qi Gong

*Cari Presidenti,*

sabato **27** e domenica **28 maggio 2023** si terrà a Roveredo in Piano (PN), presso la sala dell'Oratorio San Pancrazio in Piazza Roma, 3, uno Stage Nazionale di Shaolin e Wudang Qi Gong.

Un weekend dedicato all'antica arte cinese di lunga vita, il Qi Gong, che con esercizi specifici mira ad aumentare, rafforzare ed equilibrare la nostra energia (il Qi).

Lo stage sarà tenuto da due grandi Maestri cinesi: il Maestro Shi Yanti, che insegnerà il Qi Gong buddhista di Shaolin tratto dal testo Classico "Xi Sui Jing" (Lavaggio del midollo); e il Maestro Xu Benli, che insegnerà il Qi Gong taoista di Wudang "Yin Yang Wu Xing Qi Gong" (Qi Gong che si basa sulla teoria dei 5 Elementi).

### **PROGRAMMA GENERALE**

#### **Sabato 27 maggio 2023**

Ore 9:00 Accoglienza e presentazione dei Maestri

Ore 9:30 – 12:30 1<sup>a</sup> parte del "Xi Sui Jing" Qi Gong con il Maestro Shi Yanti (pratica e teoria)

#### Pausa pranzo

Ore 15:00 – 18:00 1<sup>a</sup> parte del "Yin Yang Wu Xing" Qi Gong con il Maestro Xu Benli (pratica e teoria)



## **Domenica 28 maggio 2023**

Ore 9:30 – 12:30 2<sup>a</sup> parte del del “Xi Sui Jing” Qi Gong con il Maestro Shi Yanti (pratica e teoria)

### Pausa pranzo

Ore 15:00 – 18:00 2<sup>a</sup> parte del “Yin Yang Wu Xing” Qi Gong con il Maestro Xu Benli (pratica e teoria)

Ore 18:00 – 18:30 Conclusione e consegna attestati di partecipazione

### Indicazioni di Pernottamento:

- Hotel De Rosa / Pizzeria Rosalba, Via Pionieri dell’Aria, 60 - 33080 Roveredo in Piano (Pordenone) Tel. 0434 946134
- Albergo/Ristorante “La Locanda”, Via Pordenone n. 10 - 33081 Aviano (Pordenone) Tel. 0434 677170 Cell. 335 7022022  
*(menzionare lo stage di Qi Gong del 27-28 maggio al momento della prenotazione)*

Pranzo: Bar raggiungibili a piedi dal luogo dello stage

Cena: varie opzioni tra cui nelle vicinanze:

- Pizzeria Rosalba, Via Pionieri dell’Aria, 60 – 33080 Roveredo in Piano PN (prenotazione obbligatoria con largo anticipo) Tel. 0434 946134
- Albergo/Ristorante “La Locanda”, Via Pordenone n. 10 - 33081 Aviano (Pordenone) Tel. 0434 677170 Cell. 335 7022022 (prenotazione obbligatoria con largo anticipo)
- The Gammon Pub, Via Pionieri dell’Aria, 104 – 33080 Roveredo in Piano PN (prenotazione obbligatoria con largo anticipo) Tel. 333 793 9349.

L’iscrizione dovrà essere effettuata, entro il **03 maggio p.v.** compilando il modulo allegato, e dovrà essere inoltrata via mail a: [friuliveneziagiulia@aics.it](mailto:friuliveneziagiulia@aics.it) e per conoscenza alla Direzione Nazionale AICS – Dipartimento Sport [dnsport@aics.info](mailto:dnsport@aics.info) La quota di iscrizione è di € 130,00 a persona (Insegnanti-Tecnici-Aletti). La quota dovrà essere versata tramite bonifico bancario intestato a: **COMITTO REGIONALE AICS FRIULI V.G. IT 74 D 02008 65010 000005343143** Causale: Stage Nazionale Shaolin e Wudang Qi Gong. La copia del bonifico effettuato dovrà essere allegata al modulo di iscrizione.

Il Presidente Nazionale  
On. Bruno Molea





**MODULO ISCRIZIONE  
STAGE NAZIONALE DI SHAOLIN E WUDANG QI GONG  
ROVEREDO IN PIANO (PN) 27-28 MAGGIO 2023**

Compilare in tutte le sue parti ed inviare **entro il 03 maggio 2023** a [friuliveneziagiulia@aics.it](mailto:friuliveneziagiulia@aics.it) e a [dnsport@aics.info](mailto:dnsport@aics.info)

PARTECIPANTE			
COGNOME e NOME n. Tess. AICS		E-MAIL	
DATI PARTECIPANTE			
Circolo		Persona richiedente	
Indirizzo		E-Mail	
CAP e Città		Tel e Fax	
P.IVA		Codice Fiscale	
Data		Firma	
INDICARE INDIRIZZO DI POSTA ELETTRONICA PER L'INVIO DELLA DOCUMENTAZIONE INERENTE AL CORSO:  _____			
MODALITÀ DI PAGAMENTO - Bonifico Bancario a: AICS Comitato Regionale Friuli V.G. APS Codice IBAN: IT 74 D 02008 65010 000005343143 Causale: Nome, Cognome Stage Shaolin e Wudang Qi Gong			

<b>Breve descrizione attività svolte negli ultimi 3 anni</b>
--

**CONDIZIONI GENERALI DI PARTECIPAZIONE**

La quota d'iscrizione di € 130,00 (a persona) comprende: docenza e attestato di partecipazione AICS.

Si accettano i termini e le condizioni stabilite nel presente modulo e nella circolare del corso	Si dichiara che il Partecipante ha preso visione degli Obiettivi, dei Prerequisiti e dei Contenuti del Corso.
<b>Timbro e firma del Richiedente</b>	<b>Firma del Partecipante o del Richiedente</b>

Ai sensi del. Dlgs 196/03 e successive modifiche o integrazioni, il partecipante dichiara di essere stato informato che i suoi dati personali, acquisiti tramite il modulo di iscrizione o all'atto della partecipazione al corso, saranno trattati da AICS con l'ausilio di mezzi elettronici per finalità riguardanti l'esecuzione degli obblighi derivanti dalla partecipazione al corso.
--