

VIAGGIO STUDIO, SOGGIORNO E ALLENAMENTO AL TEMPIO SHAOLIN DALL'8 AL 22 AGOSTO 2015

**ORGANIZZATO DAL TEMPIO SHAOLIN IN HENAN (CINA), IN COLLABORAZIONE
CON IL MAESTRO SHI YAN HUI, MONACO DI 34° GENERAZIONE E
RAPPRESENTANTE UFFICIALE DEL TEMPIO SHAOLIN IN ITALIA.**

**NOTA: ALL'ARRIVO AL MONASTERO DI SHAOLIN I PARTECIPANTI SARANNO
SUDDIVISI IN DUE GRUPPI:**

1) GRUPPO SHAOLIN GONG FU - 2) GRUPPO SHAOLIN QI GONG

**IL SOGGIORNO E' APERTO AD ALLIEVI AVANZATI, PRINCIPIANTI, ACCOMPAGNATORI E
ANCHE A COLORO CHE NON HANNO MAI PRATICATO GONG-FU E QI GONG.**

PROGRAMMA:

8 AGOSTO 2015

PARTENZA DA ROMA E MILANO PER PECHINO

9 AGOSTO 2015

MATTINA: ARRIVO A PECHINO

POMERIGGIO : VISITA ALLA CITTA' PROIBITA E A PIAZZA TIANANMEN

10 AGOSTO 2015

MATTINA : VISITA ALLA GRANDE MURAGLIA

POMERIGGIO: VISITA AL TEMPIO DEL CIELO

SERA: PARTENZA IN TRENO DA PECHINO PER ZHENGZHOU (TEMPIO SHAOLIN)

11 AGOSTO 2015

MATTINA: ARRIVO A SHAOLIN; SOGGIORNO ALL'INTERNO DEL MONASTERO.

**POMERIGGIO: CONSEGNA DELLA DIVISA SHAOLIN; VISITA ALL'ABATE SHI YONG XIN;
SPETTACOLO**

DEI MONACI SHAOLIN; VISITA AL MONASTERO E ALLA FORESTA DI PAGODE

SERA: 1 ORA DI FILOSOFIA BUDDISTA

12 AGOSTO 2015

ALBA: SVEGLIA. PREGHIERA CON I MONACI SHAOLIN; COLAZIONE CON I MONACI.

MATTINA: 2 ORE DI ALLENAMENTO

POMERIGGIO: ALLENAMENTO (ORE VARIABILI)

SERA: 1 ORA DI FILOSOFIA BUDDISTA E MEDICINA TRADIZIONALE CINESE

13 AGOSTO 2015

ALBA: SVEGLIA. PREGHIERA CON I MONACI(FACOLTATIVA); COLAZIONE CON I MONACI

MATTINA: 2 ORE DI ALLENAMENTO

POMERIGGIO: VISITA ALLA GROTTA DI BODHIDHARMA; VISITA AL TEMPIO DELLE DONNE

SERA: 1 ORA DI FILOSOFIA BUDDISTA E MEDICINA TRADIZIONALE CINESE

14 AGOSTO 2015

ALBA: SVEGLIA. PREGHIERA CON I MONACI(FACOLTATIVA); COLAZIONE CON I MONACI

MATTINA: 2 ORE DI ALLENAMENTO

POMERIGGIO: 2 ORE DI ALLENAMENTO

SERA: 1 ORA DI MEDITAZIONE INSIEME AI MONACI

15 AGOSTO 2015

ALBA: SVEGLIA. PREGHIERA CON I MONACI (FACOLTATIVA) O ALLENAMENTO;
COLAZIONE CON I MONACI

MATTINA: 2 ORE DI ALLENAMENTO

POMERIGGIO: 2 ORE DI ALLENAMENTO

SERA: SPETTACOLO DI MUSICA BUDDISTA ALL'ARIA APERTA TRA LE MONTAGNE CHE
CIRCONDANO IL TEMPIO

16 AGOSTO 2015

ALBA: SVEGLIA. PREGHIERA CON I MONACI (FACOLTATIVA) O ALLENAMENTO;
COLAZIONE

MATTINA: 2 ORE DI ALLENAMENTO

POMERIGGIO: 2 ORE DI ALLENAMENTO

SERA: 1 ORA DI MEDITAZIONE

17 AGOSTO 2015

ALBA: SVEGLIA; PREGHIERA CON I MONACI(FACOLTATIVA); COLAZIONE CON I MONACI

MATTINA: 2 ORE DI ALLENAMENTO

POMERIGGIO: 2 ORE DI ALLENAMENTO

SERA: 1 ORA DI MEDITAZIONE

18 AGOSTO 2015

ALBA: SVEGLIA; PREGHIERA CON I MONACI(FACOLTATIVA) O ALLENAMENTO; COLAZIONE

MATTINA: 2 ORE DI ALLENAMENTO

POMERIGGIO: VISITA AL MONTE SONGSHAN

19 AGOSTO 2015

ALBA: SVEGLIA; PREGHIERA CON I MONACI(FACOLTATIVA) O ALLENAMENTO; COLAZIONE

MATTINA: 2 ORE DI ALLENAMENTO

POMERIGGIO: 2 ORE DI ALLENAMENTO

SERA: 1 ORA DI MEDICINA TRADIZIONALE CINESE

20 AGOSTO 2015

ALBA: SVEGLIA. PREGHIERA CON I MONACI (FACOLTATIVA) O ALLENAMENTO;
COLAZIONE

MATTINA: 2 ORE DI ALLENAMENTO

POMERIGGIO: ESAME

SERA: 1 ORA DI MEDITAZIONE

21 AGOSTO 2015

MATTINA: CONSEGNA DEI DIPLOMI; FOTO CON L'ABATE E I MONACI

POMERIGGIO: PREPARAZIONE DEI BAGAGLI PER LA PARTENZA

SERA: PARTENZA DAL TEMPIO SHAOLIN PER PECHINO

22 AGOSTO 2015

MATTINA: PARTENZA PER L'ITALIA

NOTA: IL PROGRAMMA POTRÀ ESSERE SOGGETTO A EVENTUALI VARIAZIONI

Il viaggio è organizzato direttamente dal Tempio Shaolin della provincia di Henan (Cina), in collaborazione con l'Associazione Shaolin Quan Fa Italia e il Maestro Shi Yan Hui, Monaco di 34a gen., Rappresentare ufficiale della Cultura Shaolin in Italia, per conto dell'Abate Shi Yong Xing.

L'esperienza è aperta a tutti gli appassionati, curiosi e simpatizzanti della millenaria Cultura Shaolin, affiliati e NON affiliati alla Shaolin Quan Fa Italia.

Sono invitate a partecipare anche le famiglie ed eventuali accompagnatori che non siano direttamente interessanti alla pratica del Kung Fu Tradizionale e che volessero solo immergersi nell'atmosfera del Tempio per dedicarsi alla Cultura del luogo o alla ricerca del benessere di mente e corpo attraverso i corsi di Medicina Tradizionale Cinese.

TERMINI E CONDIZIONI DI PAGAMENTO:

Per partecipare a questa esperienza unica di studio e approfondimento della cultura Shaolin e della Medicina Tradizionale Cinese (MTC) è necessario compilare il modulo di candidatura sotto riportato ed inviarlo

ENTRO IL 15 APRILE 2015 all'indirizzo email:

info@shaolintemple.it

COSTO TOTALE DEL VIAGGIO COMPRENSIVO DI VOLO MILANO-BEIJING ANDATE E RITORNO, TUTTI GLI SPOSTAMENTI INTERNI, VITTO E ALLOGGIO PER TUTTA LA PERMANENZA IN CINA E ALLENAMENTO AL TEMPIO SHAOLIN COME DA PROGRAMMA SOPRA DESCRITTO.

EURO 2.260,00 DA VERSARE COME SEGUE:

Euro 1.000,00 entro il 16 Aprile 2015 (PRIMA RATA)

Euro 1.260,00 entro il 18 Maggio 2015 (SECONDA RATA)

con bonifico bancario a ASD SHAOLIN TEMPLE ITALY

IBAN : IT89Z0335901600100000123166

Per informazioni

ShiHengDing 3927709323

Email: info@shaolintemple.it

**Nota: per coloro che invieranno la propria prenotazione dopo il 16 Aprile l'importo subirà una maggiorazione, attualmente non quantificabile, dovuta all'aumento dei prezzi di volo.
La partecipazione è a numero chiuso.**