

VIAGGIO STUDIO, SOGGIORNO E ALLENAMENTO AL TEMPIO SHAOLIN DALL'8 AL 22 AGOSTO 2016

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 2016

PARTENZA DA MILANO o ROMA PER PECHINO o XI'AN

9 AGOSTO 2016

MATTINA: ARRIVO A PECHINO

POMERIGGIO : - se l'arrivo è a Pechino: VISITA ALLA CITTA' PROIBITA E A PIAZZA TIANANMEN

- se l'arrivo è a XI'AN: visita all'esercito di terracotta

10 AGOSTO 2016

MATTINA : VISITA ALLA GRANDE MURAGLIA

POMERIGGIO: VISITA AL TEMPIO DEL CIELO

SERA: PARTENZA IN TRENO DA PECHINO PER ZHENGZHOU

- se l'arrivo è a Xi-An, partenza per Shaolin di mattina

11 AGOSTO 2016

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 TALIN

SERA: 1 ORA DI FILOSOFIA BUDDISTA

12 AGOSTO 2016

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 2016

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 2016

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

MATTINA: 2 ORE DI ALLENAMENTO

POMERIGGIO: 2 ORE DI ALLENAMENTO
TRAMONTO: 1 ORA DI MEDITAZIONE INSIEME AI MONACI

15 AGOSTO 2016

ALBA: SVEGLIA. PREGHIERA CON I MONACI (FACOLTATIVA); COLAZIONE
MATTINA: 2 ORE DI ALLENAMENTO
POMERIGGIO: 2 ORE DI ALLENAMENTO
SERA: SPETTACOLO DI MUSICA BUDDISTA (ZEN SHAOLIN MUSIC GRAND CEREMONY)

16 AGOSTO 2016

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

17 AGOSTO 2016

ALBA: SVEGLIA; PREGHIERA CON I MONACI(FACOLTATIVA); COLAZIONE CON I MONACI
MATTINA: 2 ORE DI ALLENAMENTO
POMERIGGIO: 2 ORE DI ALLENAMENTO
TRAMONTO: 1 ORA DI MEDITAZIONE

18 AGOSTO 2016

ALBA: SVEGLIA; PREGHIERA CON I MONACI(FACOLTATIVA); COLAZIONE
MATTINA: 2 ORE DI ALLENAMENTO
POMERIGGIO: VISITA AL MONTE SONGSHAN

19 AGOSTO 2016

ALBA: SVEGLIA. PREGHIERA CON I MONACI (FACOLTATIVA); COLAZIONE
MATTINA: 2 ORE DI ALLENAMENTO
POMERIGGIO: 2 ORE DI ALLENAMENTO
SERA: 1 ORA DI MEDICINA TRADIZIONALE CINESE

20 AGOSTO 2016

ALBA: SVEGLIA. PREGHIERA CON I MONACI(FACOLTATIVA); COLAZIONE CON I MONACI
MATTINA: 2 ORE DI ALLENAMENTO
POMERIGGIO: ESAME
SERA: 1 ORA DI MEDITAZIONE

21 AGOSTO 2016

MATTINA: CONSEGNA DEI DIPLOMI; FOTO CON L'ABATE E I MONACI
POMERIGGIO: PREPARAZIONE DEI BAGAGLI
SERA: PARTENZA DAL TEMPIO SHAOLIN PER PECHINO o XI'AN

22 AGOSTO 2016

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., unico 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 2016 all'indirizzo email:
info@shaolintemple.it**

COSTO TOTALE DEL VIAGGIO COMPRESIVO DI VOLO MILANO-BEIJING o XI'AN ANDATA 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 2.730,00 DA VERSARE COME SEGUE:

Euro 1.000,00 entro il 16 Aprile 2016 (PRIMA RATA)

Euro 1.730,00 entro il 18 Maggio 2016 (SECONDA RATA)

**con bonifico bancario a ASD SHAOLIN TEMPLE ITALY
IBAN : IT89Z0335901600100000123166 (Banca Prossima)**

**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.**