

## PROGRAMA:

### **Viernes 17**

*Desde las 20.00 Recepción*

*22:00 Cena*

### **Sábado 18**

<i>7:20 a 8:20</i>	<i>Chi-Kung-18 manos</i>
<i>8:30 a 9:15</i>	<i>Desayuno</i>
<i>9:30 a 11:30</i>	<i>Bastón ( 1 )</i>
<i>11:45 a 13:45</i>	<i>Tui-Shou y Chin Na</i>
<i>14:00</i>	<i>Comida</i>
<i>15:00 a 17:00</i>	<i>Tiempo libre</i>
<i>17:00 a 19:30</i>	<i>Sable</i>
<i>20:00 a 21:45</i>	<i>Espada ( 2 )</i>
<i>22:00</i>	<i>Cena</i>
<i>23:00</i>	<i>Espectáculo de magia con Javi Santos</i>

### **Domingo 19**

<i>7:20 a 8:20</i>	<i>Chi-Kung-18 manos</i>
<i>8:30 a 9:15</i>	<i>Desayuno</i>
<i>9:30 a 11:30</i>	<i>Tai-Chi defensa( 3 )</i>
<i>11:45 a 13:45</i>	<i>Relajación ( 4 )</i>
<i>14:00</i>	<i>Comida</i>
<i>15:00</i>	<i>Fin</i>

*1\* Las ocho fuerzas del bastón de Tai-Chi*

*2\* Técnicas básicas de espada y juegos por parejas*

*3\* Aplicaciones de defensa personal del Tai-Chi*


*4\* Como dirigir una practica de relajación*

*Profesores:*

*Manuel Mazón Vicente (Sable, 18 manos, Defensa)*

*Javier Arnanz (Bastón, Espada, Relajación)*

**FECHA** 17, 18, y 19 de Noviembre

**LUGAR** Casa de Retiro  
Carretera Arca Real, s/n  
(Consulta el mapa en la otra página) 

**PRECIO** 180 € Si haces tu inscripción antes del 10 de Noviembre  
200 € Si haces tu inscripción después del 10 de Noviembre  
(El precio incluye pensión completa y alojamiento)

**FORMA DE PAGO** Ingreso en BBVA CC nº  
0182 4632 91 0201540416 con tu nombre y dos apellidos.

**REGALO** Todos los que se inscriban antes del 10 de Noviembre recibirán un **sable de regalo**.

**PROFESORES** Si eres profesor de Tai-Chi tienes ofertas muy especiales infórmate en el 983 235 021

### **IMPORTANTE**

Las plazas son limitadas. Cuando te inscribas llámanos y te diremos si quedan camas, cuanto antes te apuntes mejor, sino tendrás que traer un saco de dormir, aquí hay sitio.

### **MÁS INFORMACION**

**Gimnasio Kundaly**

**C/Julio Ruiz de Alda, 53-55**

**Teléfono 983 235 021**

**www.kundaly.com**