



❀ **SARDEGNA 2009/10** ❀

**CORSI INFRASETTIMANALI**

**Alghero e Sassari**

Inizio corsi : giovedì 1 ottobre

Responsabile: M° Lamberto Martini

Serale 1 - "principianti-intermedio"

Alghero: Lun+Gio h. 19 - Sassari: Mar+Ven h.19

Gli allievi che hanno frequentato quest'anno, in accordo con la propria indole e con il proprio insegnante di riferimento, potranno, a seconda del livello raggiunto, scegliere tra **2 possibilità**: continuare l'**approfondimento** della Forma **Lao Jia Yi Lu** o **sperimentare**, anche temporaneamente, la frequenza al corso "avanzato" con la più atletica e dinamica forma **Xin Jia Yi Lu** (nuova intelaiatura).

Con l'aiuto degli Insegnanti, anche quest'anno accoglieremo i nuovi iscritti e, a seconda del loro numero, valuteremo la possibilità di aprire nuovi spazi/orari che rendano la pratica più funzionale per tutti.

Serale 2 - "avanzato"

Sassari: martedì + Alghero: giovedì - h. 20.35

Proseguendo il programma dell'anno appena trascorso, la prossima stagione, proseguiremo lo studio della sequenza della forma "XIN JIA Yi Lu", la Nuova Intelaiatura e, parallelamente, continueremo ad approfondire anche il lavoro interno - spirali, fa jing, fluidità ecc. - che in questa forma si evidenziano particolarmente.

Per il **Tui Shou**, vista l'impossibilità di dargli lo spazio che si merita nella lezione senza limitare lo studio della forma, pur allenandolo sporadicamente, i più seri interessati potranno usufruire dello spazio specifico che la Scuola darà quest'anno a tale pratica (**vedi intensivi**).

Serale 3 - "principianti"

Alghero: mercoledì - serale h. 20.30-22.30

Con una nuova struttura, questo corso, condotto dall' Ins. Lucia Nieddu, offre un'ulteriore opportunità agli studenti in termini di giorni, orari e frequenza. Il programma è la forma LAO JIA.

**Cagliari**

Inizio corsi : lunedì 5 ottobre

Responsabile: Ins. Marco Pinna

I Corsi, quest'anno, avranno la seguente struttura sperimentale nella sede sarà quella di *Mulinu Becciu*: lunedì dalle h. 20.45 alle 22.30, mercoledì dalle h. 20.45 alle 21.45.

**Oristano**

Inizio corsi : sabato 3 ottobre

Responsabile: Ins. Marco Pinna

Anche quest'anno, ripartirà il corso di Oristano.

Le lezioni saranno di sabato, dalle h. 15.30 alle h. 18, presso il centro *LiberaMente* con la forma LAO JIA.

**Nuoro**

Inizio corsi : mercoledì 1 ottobre

Responsabile: Ins. Manuela Annichiarico

Per il 2008-09, i corsi si terranno nella nuova sede dell' Athletic Sport Club di Via Iglesias con giorni e orari sono ancora da definire. Il programma sarà la forma LAO JIA Yi Lu.

**Alghero** ☺ Lamberto M. - tel. 079 982109  
Giampaolo M. - tel. 340 6267201

**Cagliari** ☺ Marco P. - tel. 389 0839798  
**Oristano** ☺

**Sassari** ☺ Lamberto M. - tel. 079 982109  
MariaLucia N. - tel. 349 2457836

**Nuoro** ☺ Manuela A. - tel. 349 6093441

INFO