



A.S.I.Q. A.S.D

ASSOCIAZIONE STUDIO INTERCULTURALE QIGONG

Associazione Sportiva Dilettantistica

Sede legale: Piazza Martinez 7/1 sc. destra 16143 Genova

Codice fiscale: 95104810106

TORNARE INDIETRO PER ANDARE AVANTI
Giornata di approfondimento di alcune pratiche elementari

Domenica 17 novembre 2024

presso

Bi.Bi Service S.a.S

Via XX Settembre 41/3° piano, Genova

10.00 Breve introduzione

10.10 Qi Gong: pratiche per sperimentare Armonia e Consapevolezza (*Maria Giuseppina Vidili*)

10.55 Il passo del rene, la teoria e la pratica (*Giorgio Olimpo*)

11.40 Intervallo

12.00 I sei suoni segreti (*Maria Teresa Marchese*)

12.45 Assemblea ASIQ

13.30 Intervallo di pranzo

14.30 Cavalcare la tigre (*Claudia Bergamaschi*)

15.15 Forme di energia originaria di Zhang San Feng: cerchio aperto all'esterno a mano singola (*Laura Bonini*)

16.00 I cinque animali (*Flavio Fenoglio*)

17.00 Conclusione Giornata