

## Proseguono corsi e lezioni alla Wing Chun Academy, prime settimane gratuite

Alla Wing Chun Academy, con sede presso il CAI in corso Europa 40 a Bordighera, che si occupa di insegnamento e dimostrazioni di arti marziali Kung Fu Wing Chun, proseguono i corsi e le lezioni per la stagione 2018/19.

I corsi hanno un percorso individuale (si può iniziare in qualsiasi periodo dell'anno e sono soprattutto indicati agli adulti).

La sua pratica porta vantaggi sia mentali che fisici anche nella vita di tutti i giorni.

Grazie ad un allenamento costante si ottengono infatti una migliore struttura del corpo, un maggior benessere fisico e più precisione e maggior controllo delle proprie azioni.

Per quanto riguarda il combattimento il Wing Chun insegna l'economia di movimento grazie alla quale si ottiene la massima efficacia.

Attraverso un corretto allenamento, che serve a riprogrammare il nostro istinto, il Wing Chun condiziona ad attaccare sfruttando il concetto di linea centrale.

Inoltre lavora molto sullo sviluppo della sensibilità intesa come capacità di sentire ed adeguarsi all'energia dell'avversario.

Per chi volesse conoscere meglio il wing chun kung fu da vicino le prime due settimane saranno completamente gratuite prenotando allo 0039 328-314901.

Orari delle lezioni dei corsi di gruppo ed individuali:

- Presso il CAI in corso Europa 40 a Bordighera:

lunedì - mercoledì - venerdì, dalle ore 19,30 alle ore 21,30;

Presso il Fitness Center di Camposso Mare:

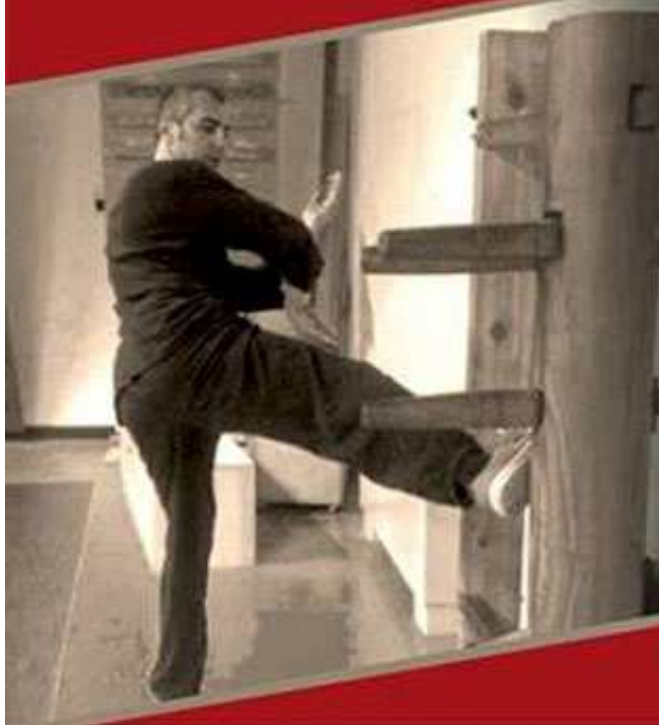
- martedì - giovedì, dalle ore 10,30 alle ore 13,00 e dalle ore 20,30 alle ore 22,00;

- sabato, dalle ore 17,00 alle ore 19,00.

Per informazioni telefono 0039 328-3145901.



# WING CHUN



**IL WING CHUN È UNO DEI SISTEMI DI KUNG FU DERIVATI DA SHAOLIN. È UN'ARTE MARZIALE ESTREMAMENTE SOFISTICATA, EFFICIENTE E COMPLETA.**



**FITNESS  
CENTER**

# WING CHUN



**IL WING CHUN È UNO DEI SISTEMI DI KUNG FU DERIVATI DA SHAOLIN. È UN'ARTE MARZIALE ESTREMAMENTE SOFISTICATA, EFFICIENTE E COMPLETA.**



**FITNESS  
CENTER**





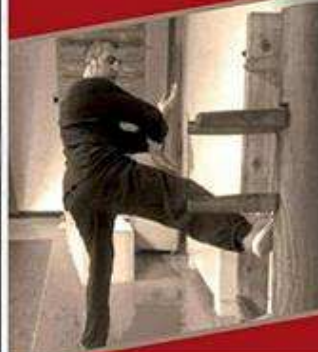


# WING CHUN KUNG FU

詠春拳



## WING CHUN



IL WING CHUN È UNO DEI SISTEMI DI KUNG FU DERIVATI DA SHAO LIN. È UN'ARTE MARZIALE ESTREMAMENTE SOFISTICATA, EFFICIENTE E COMPLETA.

 **FITNESS CENTER**



## KUNG FU ARTE MARZIALE CINESE

SI BASA SULL' ECONOMIA DEL GESTO E CONOSCENZA DELLA MECCANICA DEL CORPO.

**CORSO EUROPA 40 (PRESSO IL CAI)**

**BORDIGHERA TEL: 0039 328 3145901**

CORSI DI GRUPPO ED INDIVIDUALI

ORARIO LEZIONI:

LUNEDÌ - MERCOLEDÌ - VENERDÌ

DALLE 20.00 ALLE 21.30



MARTEDÌ E GIOVEDÌ  
DALLE 10.30 ALLE 12.00



YouTube