

# Nuovo corso di tai chi stile chen

Con il maestro cinese Xu Zaiguang



Mercoledì  
dalle 19:30  
alle 21:00

Funakoshi  
Club  
P.le Nizza, 5  
Milano  
026887171  
funakoshi@  
fastwebnet.it  
w.funakoshi.it

Il maestro Xu Zaiguang viene dalla Cina nord-orientale. Ha praticato arti marziali dall'infanzia e in particolare ha studiato taiji stile Chen (nella forma derivante dall'insegnamento di Chen Fake) per più di vent'anni e ha insegnato a lungo nel suo Paese. Il suo insegnamento comprende le tre forme dello stile Chen, il più antico, che si distingue per l'esplosione della forza nell'allenamento della forma. Energico e marziale, questo stile comprende tre insegnamenti: taiji quan (forma a mani nude, 83 movimenti), pao chui (impiego della forza, colpi e applicazioni, 72 movimenti), taiji jian (forma di spada dello stile Chen, 48 movimenti). Il maestro insegna forme e applicazioni e tui shou, a seconda dei livelli di allenamento.