



INFORMAZIONI DETTAGLIATE SEMINARIO AGOSTO 2023



QUANDO

Dal 26 Agosto all'1 Settembre 2023

Arrivo il 26 entro le ore 18.00

Partenza l'1 entro le ore 11.00

Orari attività: 8.30-11.00/ 18.00-20.00

DOVE

Il seminario si terrà a 1 km da Lizzano (Ta) presso la sede dell' [ASCD Vivere il Tao Italia](#), location immersa nella Natura dell'entroterra salentino, che garantisce tranquillità e relax, a pochi chilometri dal cristallino mar Jonio e dalle sue bianche spiagge. Se visitate il sito www.cooeesurfhouse.com vi fate un'idea del luogo.

PARTECIPANTI

Il seminario è a numero chiuso (massimo 20 partecipanti), ed è rivolto sia a chi non ha mai praticato ma è curioso e motivato a farlo sia a chi già conosce il tai ji, il qi gong, la meditazione e la calligrafia cinese.

Queste pratiche vengono da noi proposte in un clima di convivialità e buon umore.

ACCOGLIENZA

La sera dell'arrivo, il 26 Agosto alle 20, offriamo una piccola cena di benvenuto a base di friselle durante la quale abbiamo modo di conoscerci e comunicarvi informazioni e indicazioni utili per trascorrere una bella settimana insieme all'insegna del benessere.

Offriamo la possibilità a 3 persone di alloggiare all'interno, è infatti disponibile una camera con tre posti letto.

Nel boschetto di pini ed eucalipti possono campeggiare altre 7 persone, in tenda propria.

Ci sono due bagni in condivisione.

Le colazioni sono da noi gentilmente offerte mentre, per quanto riguarda pranzi e cene, ognuno è libero di organizzarsi come preferisce, scegliendo tra varie opzioni (farsi la spesa dai contadini, al supermercato, mangiare al ristorante, ecc.).

Oltre ai 10 partecipanti che alloggiano qui da noi, diamo la possibilità ad altre 10 persone di frequentare il seminario scegliendo in autonomia altre sistemazioni nei dintorni.

Semplicità, sobrietà e resilienza contraddistinguono i seminari estivi che organizziamo dal 1998.

PROGRAMMA

- esercizi salutari di qi gong, il rituale tai ji, le forme dei 5 elementi e dei cerchi con Giuseppe Urselli
- calligrafia cinese con Luca Toma nella giornata del 29 Agosto
- brevi momenti di meditazione ogni giorno con Monica Dal Molin
- passeggiate e pratica nella natura del Salento (mare, uliveti, dune, grotte e gravine) con Giuseppe e Monica
- danza creativa, musica e condivisione filosofia del Tao con Giuseppe

CON CHI

[Giuseppe Urselli](#) ☯
[Monica Dal Molin](#) 🧘
Luca Toma ✍

QUOTE SEMINARI

€255 comprensiva di tessera UISP

QUOTE PERNOTTAMENTO

POSTO LETTO € 120 per l'intera durata del seminario (6 notti)

POSTO TENDA € 60 (6 notti)

Le quote includono anche 6 colazioni da noi gentilmente offerte più la cena di accoglienza della prima sera.

INFO ED ISCRIZIONI

Contattateci ai Tel 380 2919426 (Giuseppe, info Tai Ji) e 334 1051601 (Monica, info alloggio e pernottamento)

Per iscriversi occorre compilare ed inviare il [Modulo d'Iscrizione](#), inviarlo ad info@danzataiji.it e **versare la quota di €255** tramite **bonifico** intestato a **ASD Vivere il Tao Italia, Iban IT19F0306967684510763016538**.

N.B.: In caso di impossibilità a partecipare, verranno restituite € 100 se la rinuncia ci verrà comunicata entro fine luglio. Dopo tale data, sarà invece trattenuta l'intera quota.

Vi aspettiamo!

Monica e Giuseppe :-)

