



**NEI  
DAN  
SCHOOL**



## PROGRAMMA 2015 / 2016

### 1 CORSO TRIENNALE PER LA QUALIFICA DI ISTRUTTORE TAIJI STILE CHEN E YANG

**BOLOGNA-ROMA-GENOVA-MANDURIA (TA)**

#### PROGRAMMA TAIJI STILE CHEN

- 1° anno: 1° e 2° parte della forma antica di 83 figure
- 2° anno: 3° e 4° parte forma antica di 83 figure
- 3° anno: applicazioni marziali della forma

#### PROGRAMMA TAIJI STILE YANG

- 1° anno: 1° e 2° parte forma classica di 108 figure
- 2° anno: 3° parte forma classica di 108 figure
- 3° anno: applicazioni marziali della forma

#### ALTRE MATERIE PER I CORSI ISTRUTTORI CHEN E YANG

DIDATTICA DELL'INSEGNAMENTO DEL TAIJI  
 ASPETTI FILOSOFICI E CULTURALI DEL TAIJI  
 NOZIONI DI MEDICINA TRADIZIONALE CINESE  
 QI GONG - NEI GONG - TUI SHOU  
 POWER STRETCHING PER TENDINI E LEGAMENTI  
 ZHAN SSU JIN PER L'ENERGIA A SPIRALE  
 FA JIN PER LA FORZA ESPLOSIVA  
 TECNICHE DI RIALLINEAMENTO STRUTTURALE  
 TECNICHE PER LO YI (POTERE DELLA MENTE) PER GUIDARE L'ENERGIA.

#### BOLOGNA

**PALESTRA FLEXING Via Lame 2**

DOMENICA ore 9,30 / 14

25-10-2015,

- 14 / 15 NOV 2015 STAGE con il M° XU a MONTESE,

06-12-2015, 31-01-2016, 28-02-16

- 24 / 25 APR 2016 STAGE con il M° XU a MONTESE,

05-06-2016

#### ROMA

**PALESTRA CIRCOLO SOCIETA' GINNASTICA**

**ROMA Via Muro Torto 5 (Villa Borghese)**

DOMENICA ore 9 / 14

18-10-2015,

- 14 / 15 NOV 2015 STAGE con il M° XU a MONTESE,

24-01-2016, 05-03-16, 03-04-16,

- 24 / 25 APR 2016 STAGE con il M° XU a MONTESE,

12-06-16

#### GENOVA

**PALESTRA PALAGYM Via Tortona 1**

DOMENICA ore 9 / 14

01-11-2015,

- 14 / 15 NOV 2015 STAGE con il M° XU a MONTESE,

17-01-2016, 14-02-16, 13-03-16

- 24 / 25 APR 2016 STAGE con il M° XU a MONTESE,

26-06-2016

#### MANDURIA (TA)

**PALESTRA ZEN Club Via Senio**

SABATO ore 15 - 18,30

DOMENICA ore 9,30 - 13,30

28 / 29 - 11 - 2015, 09 / 10 - 01 - 2016, 20 / 21 - 02 - 16,

18 / 19 - 06 - 2016

*Quota contributiva al corso CHEN o YANG: 630 € / anno*

*Nella quota del corso di BOLOGNA, GENOVA e ROMA sono compresi due stage a MONTESE con il M° XU (sono esclusi vitto e alloggio)*

### 2 CORSO TRIENNALE PER LA QUALIFICA DI ISTRUTTORE QI GONG E NEI GONG metodo NEI DAN School

**BOLOGNA-ROMA-PINEROLO (TO)-MANDURIA (TA)**

*Questo corso è orientato ai praticanti e istruttori di qualsiasi arte marziale, che vogliono acquisire le metodiche antiche di trasformazione energetica per lo sviluppo del potere del corpo e' propedeutico ai CORSI ISTRUTTORI CHEN / YANG e XIN YI*

1° anno: 1° Power Stretching (forza elastica)

2° Zhan Ssu Jin (forza a spirale)

2° anno: 1° Dantian training per lo sviluppo della forza interna (Nei Jin) e del Fa Jin (forza esplosiva)

2° Bambù Training per la flessibilità dinamica e del radicamento

3° anno: 1° Tecniche di trasformazione del Qi in Nei Jin (forza interna)

2° Sviluppo del Nei Jin e del Fa Jin, Uso dello Yi (intenzione)

per guidare il Qi e per lo sviluppo della coscienza combattiva.

*Anno per anno saranno studiate le applicazioni marziali degli esercizi interni nelle varie arti di combattimento interne ed esterne (judo, karate aikido, lotta, ju jitsu, kung fu)*

#### BOLOGNA

**CENTRO NATURA Via degli Albari 6**

SABATO ore 14,30 / 18,30

24-10-2015, 05-12-15, 30-01-2016, 27-02-16, 04-06-16

#### ROMA

**PALESTRA CIRCOLO SOCIETA' GINNASTICA ROMA**

**Via Muro Torto 5 (Villa Borghese)**

SABATO ore 15 / 18,30

17-10-2015, 23-01-2016, 05-03-16, 02-04-16, 11-06-16

#### PINEROLO (TO)

**PALESTRA ARTE SPORT Via Luciano 9**

SABATO ore 14,30 / 18,30

31-10-2015, 16-01-2016, 12-03-16, 14-05-16, 25-06-16

#### MANDURIA (TA)

**PALESTRA ZEN Club Via Senio**

SABATO ore 15 - 18,30

28 - 11 - 2015, 09 - 01 - 2016 20 - 02 - 16, 18 - 06 - 2016

*Quota contributiva al corso: 350 € / anno*

### 3 CORSO TRIENNALE PER LA QUALIFICA DI ISTRUTTORE XING-YI QUAN stile delle 6 ARMONIE e dei 10 ANIMALI

#### BOLOGNA

#### ROMA

Questo stile di Xing Yi il cui nome esatto è XIN YI QUAN - la boxe (quan) del cuore (Xin) mente (Yi) - ha mantenuto inalterate le caratteristiche marziali.

Si differenzia dagli altri stili più moderni per l'enfasi posta sullo sviluppo cosciente della consapevolezza intuitiva (Xin - Cuore) e dell'istinto selvaggio nel combattimento. L'allenamento principale consiste nell'acquisire lo spirito e il corpo animale e sviluppare un agire naturale, potente e istintivo.

#### PROGRAMMA DEI TRE ANNI

STUDIO DELLE DUE FORME DI BASE

STUDIO DELLE FIGURE DEGLI ANIMALI

LAVORO PER LO SVILUPPO DELL'ISTINTO ANIMALE

STRATEGIE E TECNICHE DI COMBATTIMENTO ISTINTIVO IN COPPIA

QI GONG DELLO XIN YI

FA JIN (FORZA ESPLOSIVA)

LAVORO DI CONDIZIONAMENTO INTERNO (TENDINI E

LEGAMENTI) ED ESTERNO (CAMICIA DI FERRO)

DIDATTICA DELL'INSEGNAMENTO

NOZIONI DI MEDICINA TRADIZIONALE CINESE

TECNICHE DI RIALLINEAMENTO STRUTTURALE

TECNICHE PER LO YI (POTERE DELLA MENTE) PER GUIDARE L'ENERGIA.

#### BOLOGNA

CENTRO NATURA Via degli Albari 6

SABATO ore 10 / 13

24-10-2015,

- 14/15 NOV 2015 STAGE con il M° XU a MONTESE,

05-12-2015, 30-01-2016, 27-02-2016,

- 24/25 APR 2016 STAGE con il M° XU a MONTESE,

04-06-2016

#### ROMA

PALESTRA CIRCOLO SOCIETA' GINNASTICA ROMA  
VIA MURO TORTO 5 (Villa Borghese)

SABATO ore 10 / 13

17-10-2015,

- 14/15 NOV 2015 STAGE con il M° XU a MONTESE,

23-01-2016, 05-03-16, 02-04-16,

- 24/25 APR 2016 STAGE con il M° XU a MONTESE,

11-06-16

Quota contributiva al corso XIN YI 580 € / anno, nella quota del corso sono compresi due stage con il M° XU a MONTESE (sono esclusi vitto e alloggio).

Per il mantenimento della qualifica sono obbligatori i seminari con il M° XU o in alternativa i seminari di Bologna o di Roma  
Quota contributiva 350 € / anno

### 4 MASTER ALTA SPECIALIZZAZIONE PER ISTRUTTORI NEI DAN School

PROGRAMMA: PERFEZIONAMENTO DELLE FORME  
LAVORO SU YI / QI (ALCHIMIA ENERGETICA)  
ASPETTI ESOTERICI DELLE ARTI INTERNE  
SVILUPPO DELLA COCENZA COMBATTIVA

IL CORSO È PROPEDEUTICO ALLA QUALIFICA DI ISTRUTTORE SENIOR E DI MAESTRO.

#### BOLOGNA

PALESTRA SCUOLE GUINIZELLI Via Ca' Selvatica, 9

DOMENICA ore 9,30 / 14

08-11-2015, 20-03-2016, 22-05-2016

Quota contributiva al corso: 300 €/anno

#### CORSI SETTIMANALI

#### BOLOGNA

CENTRO HARMONIA Via Rialto 15/A

LUNEDI' - MERCOLEDI' ore 19 / 21

CORSO TAIYANG - NEI GONG - TUI SHOU

I corsi sono tenuti dal M° FLAVIO DANIELE il materiale didattico è costituito dai 6 libri del M° Daniele e da video didattici e tecnici prodotti dalla scuola: 6 sul Nei Gong e sul Qi Gong, 5 sul Taiji stile Yang, Taiji stile Chen, Xin Yi Quan e Tui Shou

Modalità d'iscrizione: acconto di 200 € sul c/c postale N. 16518425 intestato alla: **NEI DAN SCHOOL**

Via De' Coltelli 21- 40124 BOLOGNA

o su BancoPosta (IBAN: IT86 K076 0102 4000 0001 6518 425)

Saldo inizio corso - (Certificato medico in originale + Foto)

Per chi frequenta più di un corso sul secondo (in ordine decrescente) sarà applicato lo sconto del 25%, sul terzo del 35%

Per informazioni: M° FLAVIO DANIELE Cell. 3408715702  
[neidanschool@gmail.com](mailto:neidanschool@gmail.com) [www.taichineidan.com](http://www.taichineidan.com)

COMUNICATO RISERVATO AI SOCI — STAMPATO IN PROPRIO

### SEMINARI INTENSIVI CON IL M° G. XU

#### MONTESE (MO)

14 / 15 NOV 2015 STAGE con il M° XU a MONTESE,

23 / 24 / 25 APR 2016 STAGE con il M° XU a MONTESE

#### ROMA

21-11-2015, 30-04-2016

#### BOLOGNA

22-11-2015, 01-05-2016