



LEZIONE APERTA DI KUNG-FU

*Ogni mercoledì dal 06 Luglio al 03 Agosto
ore 19,15 - 20,45*

Si terrà un programma così strutturato:

- ore 19,15 – 20,00 → **Zhou Zhang + Chuan Zhang** => *Palmi base e tecniche per entrare/aprire da fermo, da cui prenderemo spunto per applicazioni codificate in coppia;*
- ore 19,00 – 19,45 → **Zou Bu + Chuan Zhang** => *inizieremo a vedere le complesso ed efficace tecnica dei passi, in cui inseriremo le tecniche per entrare/aprire, per arrivare applicazioni in movimento da soli ed in coppia ;*

Centro Sportivo di via Noga (sul campo da Rugby o sotto il tendone del tennis)

Istruttore Andrea 340-6677463

www.bagua-martial-academy.it

