MAESTRO GIANFRANCO PACE

Il M° Gianfranco Pace attualmente è uno dei maggiori rappresentanti del Taijiquan stile Chen in Italia. È fondatore dell'I.T.K.A. di cui è Direttore Tecnico, un'associazione il cui intento è quello di riunire sotto un unico programma tutti gli studiosi appassionati di questa disciplina.
La sua fama ha valicato i confini nazionali, infatti il M° Pace oltre a tenere seminari in varie parti d'Italia, tiene stage a New York, Repubblica Dominicana, Spagna, Malta,Cile,Scozia.
La nostra associazione organizza tre incontri annuali con il M° Pace riservati ai vari livelli come da regolamento I.T.K.A., compresi i principianti.
I corsi dell'associazione "Il Fiore d'Oro" sono condotti dal M° Michele Grassi, attuale presidente dell'associazione e di cui è stato il co-fondatore. Pratica le arti marziali fin da bambino (judo e ju-jitsu) anche a livello agonistico e comincia nel 1993 lo studio del Taijiquan. Oltre che istruttore CSEN e UISP, Michele Grassi è Commissario Tecnico Nazionale ITKA , responsabile I.T.K.A. per la Puglia e allievo diretto del M° Pace.
Dal 2005 è diplomato come operatore di Medicina Tradizionale Cinese.
2-Medaglie d'Oro ai Campionati Mondiali WTKA 2014 Forme e tui shou
Campione Italiano WTKA Forme –Tui shou ROMA 2014

SEMINARI INTENSIVI

> 03-04-Ottobre 2015-Commissione Tecnica
> 05–06-07-Dicembre-2015-con il M° Pace
> 13-14–15-Maggio-2016-con il M° Pace

facebookTai Ji Quan Qi Gong kung Fu
Asd Il Fiored'Oro 1993
Taiji Itka Puglia/Kung Fu di Chenjiagou
RICHIEDI AMICIZIA

Corsi a BARI MARTINA F.CA TARANTO
Con LEZIONI GRATUITE di prova

CORSI ATTIVI
anno 2015/2016

Corso di ***Taijiquan*** a ***Martina Franca***
Lunedì e Mercoledì 20,00 > 21,00
Corso di ***Kung Fu*** di ***Chenjiagou*** a ***Martina Franca***
Lunedì e Mercoledì 18,15 >19,105(5-14 anni)
Lunedì e Mercoledì 19,300 > 20,30
Venerd' solo avanzati 20,30 > 21,30

Corsi di ***Qi Gong*** a ***Martina Franca***
SABATO 18,00 > 19,30

Corso di ***Taijiquan*** a ***Taranto***
Martedì e Giovedì 18,,30 > 20,30
BARI AIDIBIO PoggiofrancoVia Pappacena 22

PALESTRE

a Martina Franca:
Palestra Scuola Media "Battaglini"
Via Leonardo Da Vinci 5
Quartiere Carmine
A Taranto:
Istituto Salesiani
Viale Virgilio

INFORMAZIONI

340.9313320-338.6327962
e-mail grassi879@gmail.it
www.fioredoro.it

ASSOCIAZIONE IL FIORE D'ORO
MARTINA FRANCA TARANTO

KUNG –FU
TAI-JI-QUAN
QI-GONG

Per Bambini-Ragazzi-Adulti

ARTE MARZIALE • FILOSOFIA
ENERGIA • SALUTE • PEDAGOGIA • SPORT

L'ASSOCIAZIONE IL FIORE D'ORO

L'associazione "Il Fiore d'Oro" è nata a Martina Franca nel 2002 con l'obbiettivo di divulgare la conoscenza del Taijiquan, del Qi Gong e delle discipline adibite allo sviluppo dell'energia interiore e del benessere psico-fisico.
Nel 2008 l'associazione ha aderito ai programmi dell'I.T.K.A. (International Taijiquan Kung Fu Association) fondata dal M° Gianfranco Pace, riconoscendo nello stesso la qualità di Direttore Tecnico dell'associazione.
[www.itkataiji.com]

I CORSI SARANNO CONDOTTI DAL M° MICHELE GRASSI

I corsi si articolano attraverso varie proposte presso le sedi di Martina Franca e Taranto:

Corso di Qi Gong (solo a Martina), Corsi di Taijiquan stile Chen, Studio dei fondamentali (Zhansi Jin), Studio delle forme a mani nude e con le armi, Tui shou classico, Tui shou libero, esercizi di condizionamento,
Palla elastica, Matterello di Chen Fa Che,
Corsi di Kung Fu di Chenjiagou rivolti ai più giovani.

Info orari e sedi anche su:
[www.fioredoro.it]

IL TAIJIQUAN

Il termine **Taijiquan** viene tradotto normalmente come "Arte Marziale del Principio Supremo".
Quan vuol dire pugno, mentre **Taiji**, rappresentato da questo simbolo,

è per i taoisti il principio cardine che regge l'Universo, ossia il dualismo Yin-Yang. Secondo i teorici della fiolosofia taoista l'alternarsi dell'equilibrio tra Yin e Yang genera la vita. Il Taijiquan è quindi un'arte marziale che si basa i suoi principi sulla teoria Yin-Yang, intesa come ricerca dell'equilibrio e dell'armonia. Per questo motivo il Taijiquan oltre ad essere un'arte
marziale raffinata e potente, è anche una via per coltivare l'armonia e il benessere psico-fisico, un sistema efficace per migliorare la propria energia, un laboratorio di ricerca interiore dove corpo mente e spirito si uniscono nell'esecuzione del gesto.
Nel Taijiquan ognuno può trovare quello che cerca, per questo motivo tutti possono praticare questa disciplina e, una volta appresa i principi, coltivare l'aspetto che più interessa ossia marziale, filosofico, energetico..

IL QI GONG

Il Qi Gong è una pratica costituita da tecniche di respirazione, da esercizi dinamici, statici e di meditazione. Qi significa energia e Gong lavoro, attività. Scopo del Qi Gong è quello di nutrire, accrescere, fortificare il Qi presente nel nostro organismo e farlo circolare liberamente. Nella vita quotidiana gli esercizi dinamici aiutano a mantenere le articolazioni flessibili e i muscoli tonici, mentre gli esercizi di rilassamento e la meditazione facilitano l'individuazione di ciò che ci disturba e ci pone in uno stato di stress.

IL KUNG FU DI CHENJIAGOU

Nel 2002 il M° Gianfranco Pace ha ideato un programma per insegnare il Tajiquan ai bambini e ragazzi denominato
Kung fu di Chenjiagou.
Il programma specifico coniuga l'aspetto introspettivo del Taijiquan con le esigenza più fisiche e dinamiche degli
allievi.
Il metodo di Insegnamento è molto vicino a quello dello stesso villaggio di Chenjiagou, luogo dove è nato il Taijiquan stile Chen; l'atleta impara la disciplina, avendo pieno rispetto per sé e per gli altri attraverso un Kung Fu che tradotto significa
"Duro lavoro".
Il programma di apprendimento è suddiviso in fasce, gli allievi che vorranno passare alla fascia superiore dovranno superare un esame alla fine dell'anno.