



20 - 21 - 22 GENNAIO

STAGE DI TAI CHI E QI GONG

M° KENJI TOKITSU

PROGRAMMA :

- Venerdì 20 ore 16.30 - 18.30 (aperto a tutti) / 19:00 - 20.30 (riservato agli insegnanti)
- Sabato 21 ore 10.00 - 12.00 15.00 - 17.00 (aperto a tutti)
ore 20.30 **CONFERENZA** (gratuita aperta a tutti)
- Domenica 22 ore 10.00 - 12.00 (aperto a tutti)
ore 17.00 replica della **CONFERENZA** AL SALONE DELLA CULTURA di MILANO

COSTI (ridotti per under 25 e over 65)

Stage completo 70 € (ridotti 20 €)

solo Sabato 50 € (ridotti 20 €)

solo Venerdì o Domenica 40 € (ridotti 10 €)

PAGAMENTO

anticipato (bonifico o PayPal) o sul posto (con prenotazione e-mail)

PRANZO o CENA (Chef Gianni Loberti)

MENU 30 €/cad

mirtilla bio
bakery

PERNOTTAMENTO (10 camere, 20 letti disp.)

In camera doppia, compresa colazione,

Costo 30 €/cad

SABATO 21 ORE 20:30 CONFERENZA

ENERGIA: CIBO, CORPO, SUONO

L'uomo è energia e la scambia con l'ambiente che lo circonda in vari modi.



Dr. Franco Berrino

parlerà del **CIBO**, quale assunzione non solo di calorie,
ma di consapevolezza, salute, stati d'animo

LA GRANDE VIA

Medico, epidemiologo, già direttore del Dipartimento di Medicina Preventiva e Predittiva dell'Istituto Nazionale dei Tumori di Milano. Da quarant'anni ricerca il rapporto tra cibo, meditazione, movimento e salute. Fondazione de "La Grande Via", associazione che ha lo scopo di favorire iniziative volte a promuovere la prevenzione delle malattie e la longevità in salute



M° Kenji Tokitsu

parlerà del **CORPO** e del fluire dell'energia
mediante il movimento

Considerato uno dei migliori Maestri di Arti Marziali al mondo è da anni impegnato nella ricerca e diffusione di un metodo totalmente differente da quello che si può incontrare nell'attuale panorama marziale. La scuola Tokitsu Ryu vuole fornire gli strumenti tecnici essenziali per la ricerca dell'efficacia marziale.



Dr. Antonio Librale

parlerà del **SUONO**, delle vibrazioni e della risonanza, dalle
cellule del corpo ed i suoi organi all'ambiente che ci circonda.

Affermato kinesiologo con esperienza internazionale, si occupa dell'applicazione di metodologie della fisica quantistica applicate alle componenti elettriche del corpo umano, riprendendo in chiave moderna antiche saggezze della medicina tradizionale cinese. In particolare si occupa di suoni e frequenze nella diagnosi cura di varie patologie e disturbi.