



# QWAN KI DO HE PHAI LEVICO TERME

宮  
氣  
道  
武  
門

Oggetto: Inizio corsi anno 2011-2012

Qwan ki do, un'arte marziale (chiamarlo sport, come voi già avete avuto modo di constatare, risulterebbe riduttivo), uno stile di vita il quale scopo è portare il praticante ad essere completo, sia dal punto di vista fisico che mentale.

Imparare a combattere per mai, si spera, doverlo fare (solo in caso di legittima difesa), allenarsi costantemente per se stessi, per il proprio star bene, per evolvere e trovare equilibrio, serenità in un contesto come quello della palestra dove il rispetto, la disciplina, l'onestà, la serietà, il gruppo, l'amicizia sono alla base di tutto. Noi spesso crediamo che lo sforzo tempri solo il fisico ma non è così, la fatica, le difficoltà, gli ostacoli non solo in palestra ma pure nella vita rafforzano anche lo spirito rendendolo "cavalleresco".

Tra noi nessun vincitore, nessun vinto o campione ma tutti assieme ad indossare il Vo Phuc, la nostra seconda pelle che ci rende uguali ma allo stesso tempo unici.

La nuova stagione sta per iniziare e quest'anno dopo la meravigliosa esperienza condivisa l'anno scorso, quella del trentennale, ancora più uniti e carichi che mai...

## ADULTI

Per i graduati inizio **MARTEDI 4 OTTOBRE**

Allenamenti al

-Martedì e venerdì dalle ore 20 alle ore 22.

N.B: I nuovi potranno iniziare martedì 11 ottobre.

## BAMBINI

Inizio **VENERDI 7 OTTOBRE**

Quest'anno gli allenamenti si svolgeranno non più al mercoledì ma al

-Martedì e venerdì dalle ore 17.30 alle ore 18.30.

A presto  
Club He Phai Levico T.  
M° Daniel Zurlo