



FORMAZIONE PER LA SCUOLA / DOCENTI, EDUCATORI, STUDENTI / COD: SCUENE

## A SCUOLA CON ENERGIA.

Armonizzare corpo, mente e cuore con Tai Ji Quan e Qi Gong, a Scuola.

In una Scuola di Docenti e Studenti con buon equilibrio energetico si studia meglio, si vive meglio, si diventa più creativi, positivi. Un ciclo di incontri o un vero corso continuativo di Tai Ji Quan e Qi Gong può migliorare sensibilmente l'armonia e la comunicazione interna, creando una ricaduta positiva su tutti i processi. Questo corso ha lo scopo di apprendere e far propri gli elementi teorici di base del paradigma olistico e apprendere i primi elementi di Tai Ji Quan e Qi Gong. Tai Ji Quan e Qi Gong sono adatti ad ogni età e condizione fisica e non richiedono attrezzature o ambienti particolari. Conosciuto in Cina da millenni, il Tai Ji Quan è apprezzato come Arte Marziale e anche come pratica di lunga vita. Apprendere i movimenti fluidi e lenti del Tai Ji Quan e le posizioni energetiche del Qi Gong è ricco di emozioni e coinvolge ogni parte del corpo come un benefico massaggio dei muscoli e degli organi interni, aiutando a sciogliere le tensioni e le contratture fisiche, a rinforzare il sistema immunitario e incrementare il benessere psicofisico generale. Come l'ostrica reagisce all'intrusione di un granello di sabbia trasformandolo in una perla, così, interiorizzando i principi del Tai Ji Perla Della Vera Sintesi, ogni ostacolo è accolto e integrato in un movimento di bellezza, forza e armonia, mostrandoci una Via maestra per scoprire il proprio centro, la Perla nascosta di ogni essere umano.

### Il corso si rivolge a:

Insegnanti e Studenti in ogni ambito.

### Durata Percorso:

1 appuntamento settimanale di un'ora, da Settembre a Giugno anche in orario di pausa pranzo.

Oppure, 8 moduli di 4 ore a cadenza mensile, Sabato, Domenica o in orario di scuola.

### Obiettivi formativi specifici:

Imparare come coltivare e aumentare il proprio capitale energetico.

Apprendere le tecniche di Tai Ji Quan e Qi Gong per il benessere psicofisico.

### Area di intervento:

Gestione & Organizzazione Risorse Umane.

Wellness Aziendale e Team Building.

Sviluppo Competenze Tecniche Specialistiche.

Sviluppo Competenze Trasversali e Crescita Personale.

### Finalità del piano formativo:

Formazione in ingresso.

Mantenimento/aggiornamento competenze.

Wellness Aziendale e Team Building.

**Docente:** Bruno Banone / Consulente di Comunicazione, Formatore, Counselor Olistico.

Docente Tecnico del Benessere in Counseling Olistico / R.D. ASI DBN-DOS n° 14.99.

Docente Tecnico del Benessere in Tai Ji Quan e Qi Gong / R.D. ASI DBN-DOS n° 14.108.

Maestro 5° Dan in Tai Ji Quan e Qi Gong / R.D. ANIDRA U.P. n° 001/2010.

Registri ai sensi della Legge 4/2013.

**Attestati e Crediti Formativi:** Attestato di Frequenza (secondo ore) ACSD ELEFANTE BIANCO / Officine Olistiche, Scuola di Formazione accreditata ASI DBN-DOS, valido come integrazione del monte ore dei percorsi di formazione e aggiornamento di Operatore del Benessere ASI DBN-DOS di ANIDRA U.P. e ACSD ELEFANTE BIANCO / Officine Olistiche. Tai Ji Quan e Qi Gong Perla Della Vera Sintesi / Zheng Zong (Caposcuola M° Paolo Bendinelli di Anidra U.P) è una Disciplina riconosciuta e accreditata al Registro Nazionale ASI DBN-DOS Discipline Bio Naturali e Arti Olistiche Orientali. I relativi Attestati di Qualifica di Operatore, Istruttore e Docente rilasciati da Elefante Bianco / Officine Olistiche sono riqualificati negli omologhi tre gradi con l'Attestato di Tecnico del Benessere del Registro Nazionale ASI DBN-DOS (L. 4/2013).

**Partecipanti:** minimo 6 / massimo 30.

**Location:** Presso la sede della vostra Scuola o Associazione. Oppure a scelta tra: Spazio LIDU a Milano / Associazione Suonodelvento, Sesto San Giovanni (MI) / Sala Polifunzionale del Comune, Basiano (MI) o altra sede compatibile da concordare.

**Contributo di partecipazione:** singola lezione Euro 15 / abbonamento mensile Euro 55 / abbonamento trimestrale Euro 150 / abbonamento annuale Euro 420 a Socio partecipante / Il corso è destinato solo ai Soci Tesserati ACSD ELEFANTE BIANCO Contributo per la Tessera Associativa ASI DBN-DOS con assicurazione (365 gg): Euro 25.

Richiedi un incontro valutativo gratuito: [bruno.banone@norbunoneba.com](mailto:bruno.banone@norbunoneba.com) / [www.norbunoneba.com](http://www.norbunoneba.com)

