Serra San Bruno: Fiwuk, stage regionale di Tai-Chi

Data: 7 febbraio 2013 | Autore: Redazione



VIBO VALENTIA 2 LUGLIO 2013- Serra San Bruno, nei giorni scorsi è stato teatro di uno stage regionale di Tai-Chi organizzato dalle società sportive “Kung-Fu Hipponion” di Vibo Valentia, diretta dai maestri Esposito e Lo Bianco, “Red Dragon Club” e “New Body Fashion” di Catanzaro, dirette dai maestri Grillo e Mazza.

Perché la manifestazione ottenesse il successo sperato, è stata indispensabile la collaborazione di Enrico Ciaccio, delegato regionale FIWuK Calbria ed Francesco De Nardo, presidente provinciale CSEN Catanzaro.
Praticare il taiji in un luogo così carico di spiritualità e di energia, immersi nella natura rigogliosa di Serra San Bruno, ha fatto in modo che le varie fasi dello stage fossero sempre state suggestive e cariche di quell’energia insita nei luoghi, dove fede e natura, vivono in simbiosi.

La meditazione praticata seduti sul bordo del laghetto di San Bruno, dove lo scorrere dell’acqua scandiva il ritmo respiratorio e rilassava la mente ed il corpo, il saluto al sole, la ginnastica ed i movimenti propri del taiji, simili ad una danza, hanno reso possibile che l’energia del posto fluisse liberamente nei praticanti, in un continuo scambio interiore ed esteriore.

Dopo le lezioni tenute dai maestri, Enrico Ciaccio, maestro praticante di vecchia data, in chiusura ha impreziosito lo stage insegnando alcune pratiche di Qi Gong (“tecnica del respiro” o “tecnica dello spirito”) e di difesa personale.

Tutti i partecipanti hanno espresso le loro lodi per come il Comune di Serra San Bruno, gestisce e cura, l’area di San Bruno.[MORE]

I NOMINATIVI DELLA FOTO

Gabriella Grillo, Carmela Armeli Gricio, Annarita Bressi, Francesco Ciaccio, Pasquale Procopio, Cinzia Mazza, Enrico Ciaccio, Antonio Grillo, Raffaele Esposito, Ferdinando Lo Bianco, Bruno De Vita, Maria Fuoco, Rosamaria Garcea, Rita De Nino, Mariapia Periti, Silvia Costa, Maria Costa, Anna Costa.

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/serra-san-bruno-fiwuk-stage-regionale-di-tai-chi/45341