



Padova, 10 luglio 2018

DALLA CINA CON... UN FIORE
LEZIONE GRATUITA DI TAI CHI CHUAN ALL'ORTO BOTANICO

Praticato da milioni di persone in tutto il mondo, si porta bene i suoi quattro secoli di storia e sta per rivelare tutti i suoi segreti al pubblico padovano in uno scenario spettacolare che di anni ne ha quanto lui.

Giovedì 12 luglio alle ore 20.00 in Orto Botanico, con ingresso da Prato della Valle 57c a Padova, Cesare Zocchi, Michele Griggio e Sophie Babetto, insegnanti di Tai Chi Chuan di 3° livello, insegneranno le tecniche base dell'arte marziale cinese.

Il Tai Chi Chuan è un'antica disciplina marziale nata dal generale Chen Wang Ting (1580–1660) durante la dinastia Ming. Chen fece confluire nella sua idea di arte i movimenti marziali con le tecniche di riequilibrio del corpo e del rilassamento, gli esercizi respiratori, i movimenti che innescano reazioni nella ramificazione dei Meridiani principali e collaterali attraverso cui scorre l'energia, l'affiancamento di due soggetti per sviluppare la stabilità, la reattività, il senso della distanza, ma anche per gestire l'aggressività. Fin qui il Tai Chi Chuan sarebbe rimasto gelosa eredità della famiglia Chen, se non fosse stato per Yang Lu Chan che, apprese le tecniche, nell'Ottocento lo portò a Pechino e lo diffuse nella sua scuola. Oggi praticato da milioni di persone, il Tai Chi Chuan è, oltre che una pratica di movimenti spontanei, eleganti e naturali, una concezione filosofica, un modo di essere e di vivere in armonia con le forze della natura.

L'appuntamento, curato dall'Associazione "Drago di Giada", segue analoghe iniziative dedicate allo Yoga che l'Università di Padova offre gratuitamente a tutta la cittadinanza. L'Università di Padova attraverso Antonio Paoli, delegato del Rettore allo sport, benessere e merchandising ha inserito l'incontro di giovedì nelle manifestazioni del progetto dedicato al benessere e allo sport, con l'obiettivo di promuovere uno stato mentale e sociale di benessere all'interno dell'ambiente di lavoro e studio. In caso di maltempo l'evento sarà annullato.

I posti sono esauriti ma è possibile iscriversi alla lista di attesa alla mail:
benessere.sport@unipd.it