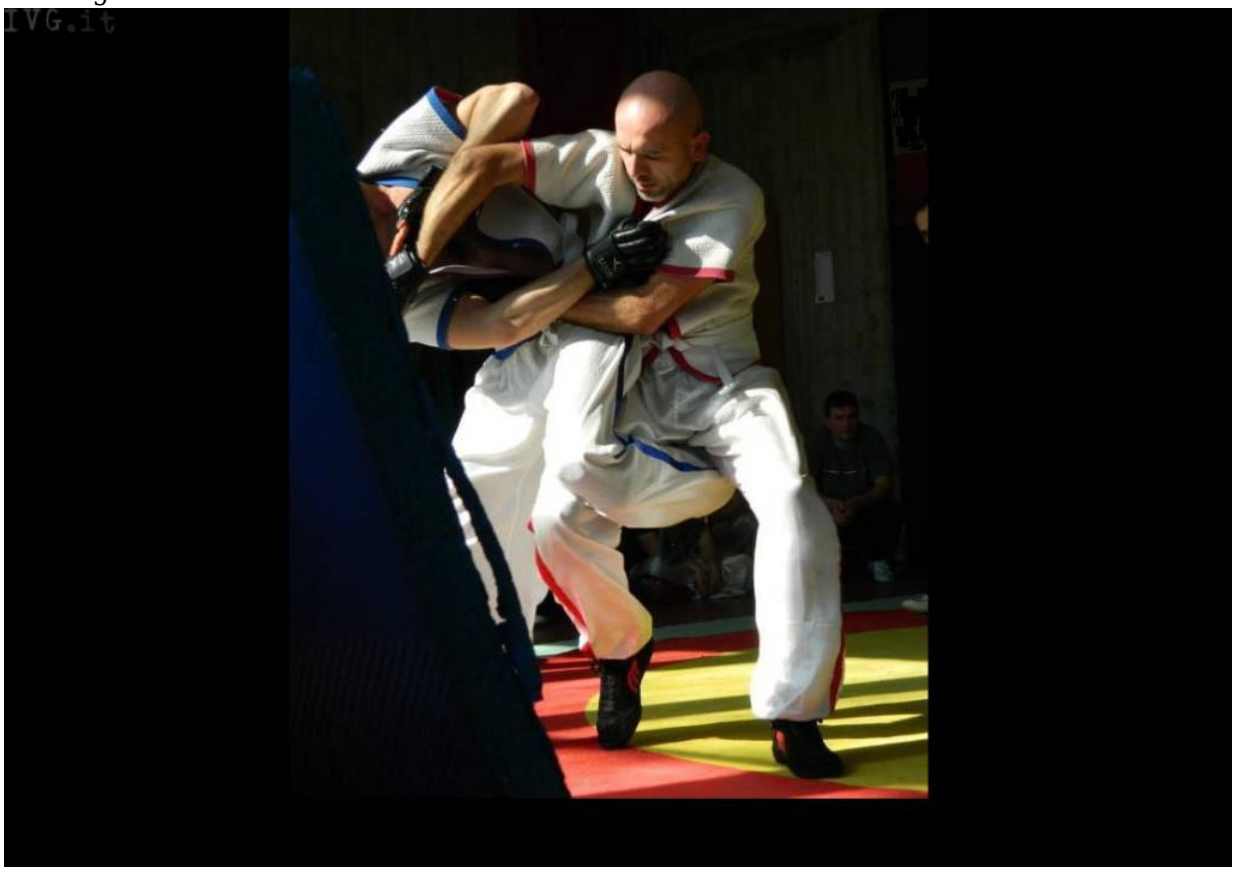
IVG

Noli, l’associazione sportiva Wa-kam propone un corso di shou bo

di **Redazione**
24 Giugno 2014 – 11:29



Noli. Durante l’estate Wa-kam non si ferma, anzi propone, per gli amanti delle arti marziali e per chi vuole avvicinarsi ad esse, un’iniziativa riguardante lo shou bo (□□), disciplina cinese esclusiva Wa-kam per la Liguria.

Si tratta di sei appuntamenti dedicati allo studio della “Forma delle 36 tecniche” dello shou bo. Gli allenamenti si terranno a Noli, presso la palestra delle scuole medie “Anton Da Noli”, in piazza Aldo Moro.

Lo shou bo moderno è una disciplina sportiva che affonda le proprie radici alle origini delle arti marziali cinesi e ne utilizza le tecniche per lo studio del proprio corpo e del proprio spirito. Lo shou bo è inoltre una tecnica di lotta efficace nell’autodifesa, con una visione profonda ed importante, che insegna a non rispondere all’aggressività con l’aggressività, ma ci abitua a proteggerci, schivare e utilizzare la forza dell’altro sbilanciandolo ed eventualmente proiettandolo secondo precise regole fisiche, sopprimendo l’aggressività emotiva a vantaggio della calma e della consapevolezza.

Questi sei appuntamenti serviranno per studiare la “Forma delle 36 tecniche” elaborata dal maestro Yuan Zumou (caposcuola europeo della European Shuai Jiao & Shou Bo Federation e della Fédération Internationale de Shou Bo), in cui vengono concatenate le 36 principali tecniche di proiezione utilizzate nelle arti marziali cinesi.

“Questa forma – spiega Gianluca Guratti – è un importantissimo veicolo che ci darà la possibilità di muoverci nella complessità di queste arti: in pratica un alfabeto per imparare un nuovo linguaggio del corpo. Ogni lezione si proporrà lo studio di sei tecniche, delle loro applicazione e della relativa ‘forma’. Questi appuntamenti sono aperti alla partecipazione di tutti e il livello di pratica sarà adeguato ai partecipanti di ogni età, peso o esperienza”.

“Wa-kam è la prima e unica associazione sportiva in Liguria che propone un corso di shuai jiao/shou bo diretto da un istruttore riconosciuto dalla Fisb, direttamente diplomato dal maestro Zumou – conclude -. Se avete anche solo una piccola curiosità, è un’occasione da non perdere: iniziamo mercoledì 2 luglio, alle ore 18,30 (informazioni sul sito shoubowakam.altervista.org)”.