



VIET-CHI INSTITUTE asd
in collaborazione con la Teachers School
organizza



STAGE DI VIETCHIDAO dal tema **LA TIGRE**

DOMENICA 22 NOVEMBRE 2026

dalle 9.00 alle 13.00

Sangano (To), Centro polivalente Pagoda, Via San Lorenzo

PROGRAMMA

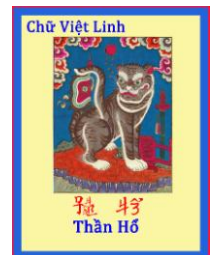


MÃNH HỒ ĐĂNG SƠN - LA FORTE TIGRE SCALA LA MONTAGNA

Conosciuto come l'allenamento delle 5 tigri, è un metodo di allenamento interno Noi-Cong che usa la tecnica del GONG (contrazione muscolare e focalizzazione mentale) con i 5 metodi di respirazione. Questo allenamento rientra nelle conoscenze obbligatorie per i candidati agli esami di cintura nera in ogni disciplina del VietChi System.

THAN HO QUYEN - LA TIGRE CUSTODE

La terza forma del VietChiDao legata all'uomo, insegnata l'anno scorso ad un gruppo di partecipanti, verrà ripresa per un breve ripasso coinvolgendo tutti i presenti allo stage.



HAI VAN PHUONG KIEM - LA FORMA DEDICATA AL COLLE HẢI VÂN

I partecipanti saranno coinvolti in un ripasso della forma con la spada della pace proposta nello scorso stage.

LỐI HỒ QUYEN - LA TIGRE TUONO

Collegata all'elemento metallo, è una forma dura facente parte del gruppo chiamato "Five Elite Quyen" (assieme al Than Xa, Phi Dieu, Thien Long, Sinh Lo)



La quota di partecipazione è di **10 euro** a persona da versarsi in busta chiusa, con relativa distinta dei partecipanti, direttamente il 22 novembre 2026 (sono esclusi dal pagamento i docenti e gli aiuto docenti).

Inviare il **modulo d'iscrizione** compilato in word (non a mano) all'indirizzo email vietchiteachersschool@gmail.com entro **sabato 14 novembre 2026**. Sono ammessi solo tesserati ASI.

Per ulteriori info: vietchiteachersschool@gmail.com

Il comitato organizzatore VCI asd