



## Comune di Pordenone

Comunicati stampa e foto alla pagina [www.comune.pordenone.it/comunicatistampa](http://www.comune.pordenone.it/comunicatistampa)

### COMUNICATO STAMPA

#### **La ricerca del benessere con le tecniche di arti orientali**

Sabato 24 e domenica 25 nella palestra “F. Gallini” di via Ungaresca a Pordenone si terrà il corso tecnico di formazione aperto a tutti di Health Qigong, disciplina orientale finalizzata a mantenere una buona forma psico-fisica.

L'Assessore allo sport Walter De Bortoli e l'organizzatore Liu Yuwei della F.I.W.U.K. (Federazione Italiana Wushu Kung fu), hanno presentato l'iniziativa all'ex convento di San Francesco. - E' un progetto sul benessere - ha commentato Liu Yuwei - che vogliamo portare all'aperto nei parchi, fuori dalle palestre, perché il benessere è di tutti e va praticato senza bisogno di attrezzi. Puntiamo sul cambio di mentalità poiché la pratica sportiva non deve essere una valvola di sfogo ma un momento di apprendimento e di formazione. Il corso infatti è indicato per tutti gli appassionati di sport e del benessere, ed è adeguato anche per le persone portatrici di handicap agli arti inferiori o con problemi di deambulazione.

“Quest'aspetto del corso è particolarmente significativo - ha commentato l'assessore allo sport Walter De Bortoli - poiché consente il coinvolgimento e la partecipazione delle persone diversamente abili e di persone in età avanzata. Ecco quindi che l'Amministrazione guidata dal Sindaco Alessandro Ciriani ha concesso il patrocinio all'iniziativa poiché la finalità del raggiungimento del benessere come in questo caso, va condivisa con tutti. E' importante inoltre che per questo scopo - ha aggiunto - ci sia sintonia tra partecipanti, appassionati ed istruttori poiché questi devono essere consapevoli delle aspettative della platea a cui si rivolgono.”

Da una delle due università dello sport di Pechino in Cina, è giunto il prof. Tang Tiejun della Capital Institute of Physical Education, esperto in Health Qigong e nelle arti interne del Wushu che “in cinese significa letteralmente “arte marziale”. Il Wushu è uno sport che unisce in sé gli aspetti del combattimento, della concezione della salute e dell'interpretazione filosofica del mondo, tipica della tradizione storica e culturale cinese.”. Nella sua lingua ha illustrato alcune delle tecniche che saranno insegnate. E' una disciplina facile - ha commentato il maestro cinese - con movimenti semplici e naturali ma nello stesso tempo complessa, poiché il benessere è il frutto dell'interazione tra corpo, respirazione e l'uso degli arti.

Questa è la seconda iniziativa presentata in Italia, l'altra in Sardegna, e considerato l'attivismo delle sezioni pordenonesi, si sta lavorando per portare in città il Raduno mondiale degli arbitri di arti marziali.

L'appuntamento al PalaGallini in via Ungaresca è gratuito ed aperto a tutti; ci si potrà presentare con abbigliamento comodo per l'allenamento, un certificato medico e la liberatoria dei genitori per i minori. Il sabato sono in programma tre lezioni; dalle 8 alle 10, dalle 14 alle 15, e dalle 17 alle 19 e la domenica dalle 10 alle 12.

Il corso è promosso dall'Associazione Cinese del Friuli Venezia Giulia, dalla Libertas ed è patrocinato dal Comune di Pordenone.

Ulteriori informazioni nel sito F.I.W.U.K. o [WEISONGSCHOOL.COM](http://WEISONGSCHOOL.COM)

**Pordenone 22.06.2017**