

Giornata al Parco del Cormor

Da dodici anni si svolge in tutto il mondo il **World T'ai Chi & Qigong Day**; un evento che ha lo scopo di diffondere antiche discipline di origine taoista fondate sui principi della medicina tradizionale cinese e che ha beneficiato del patrocinio dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (O.M.S).

La misurata lentezza dei movimenti, il controllo del respiro e la percezione interna con la quale si svolgono gli esercizi del T'ai Chi e del Qi Gong, sono un valido antidoto nei confronti dei ritmi, sempre più pressanti, imposti dalla moderna società della produzione e dei consumi.

L'Associazione sportiva dilettantistica Tecniche Arti Orientali affiliata allo CSEN (Ente di promozione Sportivo) si fa promotrice di questo evento, che interessa oltre 60 paesi in tutto il globo terrestre: in progressione di fuso orario, in tutto il mondo, come una grande onda di energia positiva, si tengono lezioni aperte, dimostrazioni, conferenze di **T'ai Chi** e **Qigong**, per sensibilizzare la comunità e denunciare la tendenza alla competizione continua, nella quale siamo quotidianamente costretti e sospinti.

Con la pratica di queste discipline interne, provenienti dalla saggezza di antiche culture, si accresce il rispetto verso se stessi verso gli altri e verso la natura che ci ospita, cercando di creare un mondo di pace.

Anche quest'anno l'evento si è svolto sabato 30 aprile a partire dalle ore 10.00 a Udine nella splendida cornice del Parco del Cormor, hanno partecipato oltre 200 praticanti e diverse scuole di taiji quan di Udine Pordenone, Trieste e Gorizia.

Una giornata trascorsa insieme facendo attività che conferiscono salute e buon umore, in un'atmosfera carica d'energia come un prato colmo di praticanti tra la curiosità dei visitatori del parco e la gioia dei praticanti.

Le scuole che hanno partecipato sono:

Associazione per lo Studio del Kung Fu Tradizionale ASKT del maestro Yang Lin Sheng

Lao Tse Ryu del m° Pazzessere Giuseppe

La Scuola di Taiji Quan di Pier Francesco D'urso

La scuola Jing Tao di master Sonia Rizzi

Centro Ricerche Tai chi con Jessica Agosti

Spazio Armonico con Isola Michele

La Chinese Wushu Italy del M° Huang Shao Song

Tecniche Arti Orientali del M° Antoldi Mario

Grazie!

Mario Antoldi