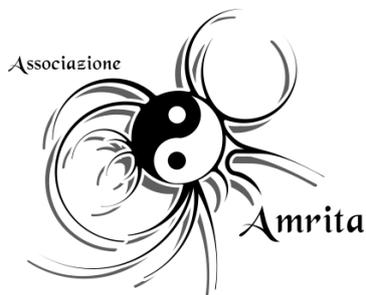


# **Percorso Formazione Insegnanti settore Tai Chi Chuan e Chi Kung Associazione AMRITA giugno 2018**

Possono partecipare alla scuola di formazione "AMRITA" tutti gli iscritti all'Associazione.

Il presente regolamento ha solo lo scopo di definire un percorso formativo per la preparazione dei propri insegnanti, in modo da garantire sempre la qualità e l'aggiornamento degli stessi.

1. La scuola insegnanti AMRITA è rivolta a tutti i suoi aderenti che desiderano far conoscere, tramite l'insegnamento, il Tai Chi Chuan e il Chi Kung, secondo gli insegnamenti di Sifu Ding
2. L'insegnamento nei corsi dell'ASD AMRITA si svolge su due livelli, come ASSISTENTE o come INSEGNANTE:
  - ASSISTENTE: Al compimento del terzo anno di pratica, con almeno 200 ore di formazione tecnica con un insegnante della scuola AMRITA, l'allievo presentato dal proprio Insegnante dovrà sostenere un'esame davanti al R.T. (Responsabile Tecnico). Al superamento dell'esame gli sarà riconosciuta la qualifica di Assistente. L'Assistente è abilitato all'insegnamento degli Esercizi Taoisti, Chi Kung 1, Forma a mani nude Fondamentale, Correzioni principali, Test elementari, Tui Sau semplice. L'Assistente può insegnare a supporto di un Insegnante, che rimane gestore del corso.
  - INSEGNANTE: L'Assistente, dopo due anni di pratica come tale, e, avendo frequentato 60 ore/anno presso il proprio Insegnante e 40 presso il R.T. partecipa al corso di area comune in regione organizzato dall'ADO UISP e successivamente all'esame a Modena, superato il quale, viene riconosciuto Insegnante dell'ASD AMRITA. L'Insegnante può conseguire livelli ADO UISP più avanzati secondo la tabella riportata di seguito.
3. Essere insegnante MDA, cioè riconosciuti da Sifu Ding, a suo insindacabile giudizio, non è condizione necessaria né sufficiente per insegnare nell'ASD AMRITA, ma se ne terrà conto in sede di valutazione e retribuzione dell'insegnamento.
4. Formazione e aggiornamento. L'Assistente e l'Insegnante AMRITA, a garanzia del loro costante aggiornamento, sono tenuti a:
  - Frequentare i seminari tenuti in Italia da Sifu Ding (almeno a quello organizzato dall'ASD AMRITA).
  - Partecipare alle lezioni del proprio insegnante o di Sifu Ding per almeno 120 ore/anno di cui almeno 90 ore/anno presso il R.T



- Partecipare al corso di aggiornamento dell'ADO-UIISP almeno una volta ogni due anni.
- Praticare a livello personale per almeno un'ora al giorno.

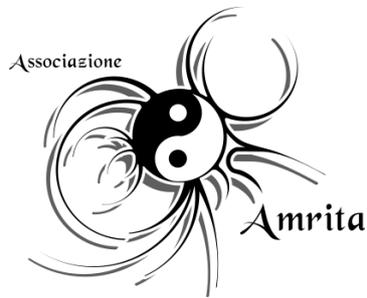
#### 5. Note:

- L'Assistente può insegnare solo a supporto di un Insegnante che rimane gestore del corso
- L'Insegnante, per i primi due anni, può gestire un corso solo sotto la supervisione del R.T., che rimane responsabile del corso.
- Dopo i primi due anni di insegnamento, l'insegnante può condurre un corso in autonomia e sotto la propria responsabilità, a condizione che sia in possesso del diploma MDA in corso di validità.
- Ad ogni livello vale sempre la regola che, qualsiasi variazione del programma deve essere concordata con il R.T. e qualsiasi iniziativa presa all'interno o all'esterno della lezione, deve essere concordata con il Consiglio Direttivo o con il Presidente.
- Il R.T. può svolgere azione di verifica per assicurare che l'insegnamento di tutti gli insegnanti sia conforme agli insegnamenti di Sifu Ding e allo statuto dell'Associazione. In presenza di gravi deviazioni il Consiglio Direttivo, o il R.T. possono sospendere dall'insegnamento la persona in questione.
- L'ASD AMRITA si impegna a coprire le spese per il corso BLSO (defibrillatore), per l'Assicurazione UISP aggiuntiva per gli insegnanti, per il corso di aggiornamento ADO, per l'iscrizione alla lista insegnanti ADO. Tutto questo vale per gli Assistenti e Insegnanti attivi (almeno con un corso), e in regola con il punto 4 nell'anno precedente. Inoltre L'Associazione coprirà il 20% del costo dei corsi tenuti in Italia da Sifu Ding per chi, nell'anno precedente ha partecipato ad almeno 120 ore con il R.T. dell'Associazione.
- Il mancato rispetto del punto 4 automaticamente causa il blocco dell'Avanzamento nel titolo e, se si protrae, la sospensione della qualifica di Insegnante ASD AMRITA.

#### **Rapporti organizzativi tra l'insegnante e l'Associazione Amrita.**

Per l'insegnante di ogni livello, sono possibili, a propria scelta, tre possibili modi di rapportarsi con l'ASD AMRITA:

1. L'insegnante di ogni livello gestisce un corso sotto la supervisione e responsabilità del R.T. che tiene almeno una lezione mensile. Tutta l'organizzazione, la promozione e contabilità è gestita dall'Associazione Amrita con un compenso concordato.
2. L'insegnante ADO-MDA gestisce un corso per conto proprio, sotto la propria responsabilità, senza intervento del R.T. L'organizzazione, la promozione e la contabilità è gestita dall'Associazione Amrita con un compenso concordato.



3. Sono possibili anche altre modalità, che verranno discusse e concordate di volta in volta.

### **PROGRAMMA (con i livelli ADO UISP)**

1° anno: Principianti 1 (primi 3 mesi):

- Chi Kung: Jhon Ding Yeungh San Hey KUNG, livello I
- Esercizi Taoisti.
- Kuen (forma): Forma Base.
- Allineamento posturale
- Esercizi di respirazione addominale.
- I passi del TCC: Pang
- Teng Jen: percezione dell'energia

1° anno: Principianti 1 b (6 mesi):

- Test sulle posizioni del Chi Kung
- Kuen: Forma Fondamentale di Sifu Ding
- Tui Sau: Spinta con le mani singola
- I passi del TCC: respingere la scimmia, spazzolare e spingere

2° anno: Principianti 2:

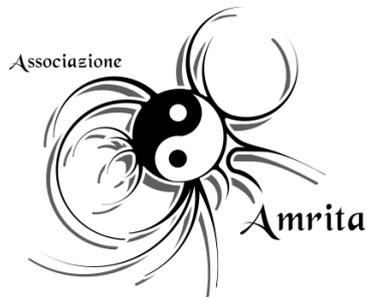
- Chi Kung: Jhon Ding Yeungh San Hey KUNG, livello I
- Esercizi Taoisti.
- Kuen: Forma lunga 108 prima e seconda parte
- Test: Gentile spinta sulle spalle, sui Kua inferiori
- Tui Sau: Sensibilità con spostamento del corpo avanti ed indietro. Posizione più bassa
- Test elementari sulle posizioni da fermi nella forma.

3° anno: Principianti 3:

- Forma lunga 108: terza parte
- 10 punti fondamentali del Tai Chi Chuan
- Tui Sau: Coscientizzazione dei quattro movimenti: Pang, Loi, On, Jai. e rotazione del busto.
- Comprensione del Teng Geng o ascolto dell'energia
- Gentile spinta sull'addome usando lo Yi
- Tenere le posizioni

INIZIO ASSISTENTE che durerà 2 anni

4° anno: Intermedi 1:



- Chi Kung: John Ding Yeung San Hey Kung livello II - posizione su una gamba.
- Kuen : Forma tradizionale Tai Chi Chuan stile Yang: forma gru: correzioni e test
- Aspetto Yin Yang
- Correzioni aspetto Yin Yang.
- Test sulle posizioni del Chi Kung 2
- Test sulle posizioni della forma.
- Tui Sau: Spinta con le mani doppia. Esercitazioni marziali su Pang,Loi,Jai,On
- Wud Bu (live steps) – passi ad esagono-singolo e doppio

5° anno: Intermedi 2:

- Chi Kung: John Ding Yeung San Hey Kung livello II - posizione su una gamba e correzioni.
- Kuen: Forma tradizionale Tai Chi Chuan stile Yang (aspetto gru): Forma Spirali.
- Correzione dell'aspetto delle spirali ed yin e yang.
- Wud Bu (live steps) – passi ad esagono-singolo e doppio. - azione dinamica ad onda.
- Piccolo cerchio in spinta con le mani.
- Tui Sau:
  - Ridotto
  - Alternato
  - Alto/basso
- Ta Lu , passi 2 & 3 e forma del Ta Lu.
- Sensitivity 1
- Spinta con le mani dinamica (opzionale)

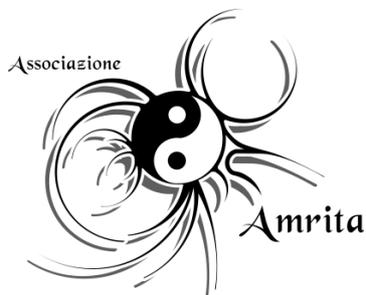
ESAME ISTRUTTORE ADO per 1° LIVELLO-Durata 3 anni

6° anno: Intermedi 3:

- Chi Kung I e II: posizioni basse e correzioni.
- Forma: forma tradizionale Tai Chi Chuan stile yang (aspetto tigre) e relative correzioni.
- Doe (sciabola): Sciabola dello stile Yang.
- Sequenza del riallineamento delle perle.
- Applicazioni nella difesa personale delle posture nella forma (intermedie/avanzate).
- Applicazioni in spinta con le mani (singola e doppia) Peng, Lui, Jai and Aun.
- Spinta con le mani dinamica.
- Ta Lu applicazioni
- Tai circle
- Sensitivity 2
- Principi di filosofia taoista

7° anno: Avanzati 1:

- Chi Kung: John Ding Yeung San Hey Kung Livello 3- posizione bassa.
- Chi Kung: lavoro sulle sequenze del riallineamento delle perle



- Kuen: Forma tradizionale Tai Chi Chuan stile yang (aspetto tigre) e relative correzioni.
- Tai Chi Chuan principi e concetti.
- Doe (sciabola): correzioni ed applicazioni.
- Kua Training, Tai Chi circles.
- Applicazioni avanzate di difesa personale.
- Ta Lu correzione - choy, lik, jau and cau.
- Spinta dinamica con le mani.
- Tui Sau: correzione e applicazioni (Peng, Loi, Jai, On)
- Kuen: Forma serpente
- Sensitivity

ESAME ISTRUTTORE ADO per 2° LIVELLO - Durata 4 anni

8° anno: Avanzati 2:

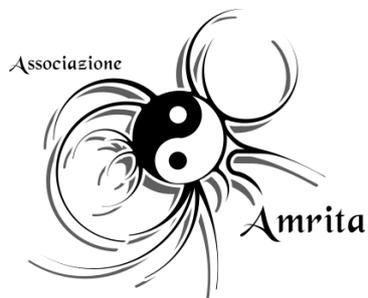
- Chi Kung: livelli I, II, III. E correzioni
- Kuen: forma tradizionale Tai Chi Chuan stile yang (aspetto tigre) - movimenti del centro.
- Lavoro sulle nove perle.
- San Sau, disperdere le mani (forma di combattimento di due persone).
- Concetti e Principi
- Applicazioni/autodifesa avanzate
- Ta Lu: Applicationi - choy, lik, jau and cau.
- Spinta con le mani dinamica
- Kuen: Forma Spada
- Sensitivity

9° anno: Avanzati 3:

- Chi Kung I, II e III posizioni basse e correzioni.
- Lavoro sulla Sequenza delle Perle
- Kua Training Tai Chi circle
- Tai Chi Chuan : principi e concetti
- Forma: Stile Yang Tradizionale Tai Chi Chuan (Tiger) - Movimenti del Centro
- Seconda arma: Spada e applicazioni
- San Sau: Per due persone sequenza di combattimento
- Applicazioni e Autodifesa avanzati
- Tui Sau: Applicazioni - Peng, Lui, Jai e Aun
- Ta Lu: Applicazioni - Choy, Lik, Jau e cau
- Tui Sau dinamico

ESAME ISTRUTTORE ADO per 3° LIVELLO -Durata 5 anni

Nota: Per i passaggi di livello gli Insegnanti dovranno padroneggiare le tecniche previste fino a quel livello e superare un'esame davanti al R.T. e a un Dirigente UISP.



### **Nominativi attuali del Corpo Insegnanti della scuola "AMRITA"**

*aggiornato al 03-06-2018*

- Angelo Nembrini            Responsabile Tecnico  
   Insegnante (3° Liv. ADO-UISP)  
   Insegnante MDA autorizzato e riconosciuto da Sifu Ding
- Michele Plebani            Insegnante (2° Liv. ADO-UISP)
- Giuliano Signorelli        Insegnante (1° Liv. ADO-UISP) -INATTIVO-
- Marco Nembrini            Assistente
- Graziano Delpozzo        Assistente
- Giovanna Tagli             Assistente