



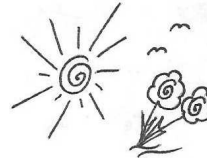
Centro Alba

Salud natural
&
Socio-pedagógico

centro-alba@hotmail.com
www.centro-alba.com

Anim'Arte

Villa Gadea



Villa Gadea
bríndate la evasión
que te mereces

Programa
Verano

2012

En el Parque y en el Hotel Villa Gadea
N 332 - 03590 Altea - Alicante

 Clases y
Encuentros
Regulares ~
Semanales:

Meditación . Qi Gong . Tai Ji . Kung-Fu . Defensa personal

los Miércoles: 18h30-20h . 20h-21h30

los Sábados: 08h-09h . 09h-10h30 . 10h30-12h . 12h-13h

Academia Chuan-Shu

..., y seguimos 'picaeta & amistad' 😊 tras la última
Clase del sábado, desde las 13h, en el Parque Villa Gadea

Centro Alba

ESPECIAL VERANO 'KUNG-FU'

ACADEMIA

CHUAN-SHU



功夫
拳
术

氣
功
拳
术

CLASES DE KUNG-FU 'INTENSIVAS'

 **Jueves:** 19 y 26 de julio
. 02 . 09 . 16 . 23 . 30 de agosto
. 06 y 13 de septiembre

 **Viernes:** 20 y 27 de julio
. 03 y 10 . 17 . 24 . 31 de agosto
. 07 y 14 de septiembre

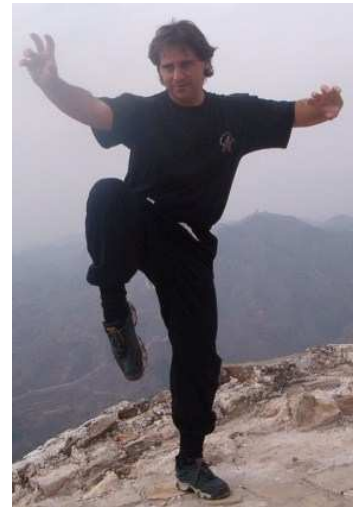
08h30 a 12h30

Aprendizaje de varios Taos
'formas tradicionales de estilos diferentes'
Taos de armas 'bastón . sable . espada'
Defensa personal 'Jeet Kune Do y Shaolin'

FORMACIÓN 'CHUAN-SHU'

Para tod@s y todos los niveles

Academia Chuan-Shu



AUTODEFENSA PARA MUJER

 **DOMINGO 19 de agosto ; 10h a 13h**

La Autodefensa no es un arte marcial, es una práctica de autocontrol y de defensa personal eficaz. Permite que la practicante se sienta segura, con más capacidad de gestionar sus potencialidades y sus límites tanto a nivel físico como mental y adquiriendo un mayor entendimiento de sí-misma.

Perfil del alumno: Mujeres con una realidad de adulta sin límites de edad.

Academia Chuan-Shu



ESPECIAL VERANO CELEBRACIÓN 'CELTA'

✚ SABADO 04 de agosto

LUGNASAD

Luna llena de Lug

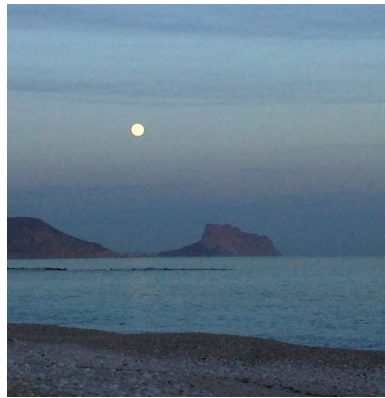
Celebración Celta
'la madurez de todas las frutas'

~ Trae tu cesta de frutas 😊

~ Fiesta (juegos, bailes...),
~ barbacoa, picaeta,
~ Tradición & Ritual

19h30, hasta la noche

En el Parque Villa Gadea
(en una zona natural,
retirada y silvestre).



✚ DOMINGO 05 de agosto *"a la búsqueda de tu piedra sagrada"*

Cita frente al Hotel Villa Gadea a las 09h... regreso a las ~13h.

Senderismo en la Sierra de Sella en el Monte del Adivino
(recorrido ~2 h). Coge un picnic e infórmalos si tienes coche.

Centro Alba ~ Tod@s, familia, amig@s, (...)

😊 Gracias.

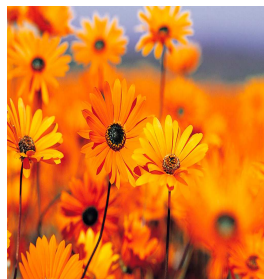
ESPECIAL VERANO 'SALUD NATURAL'

CHARLA 'CICLO FORMATIVO'

✚ Nutricion

✚ Diética china

*'la buena manera de
alimentarse.., que, como?'*



✚ Medicina China MTC . TuiNa 'masaje curativo . Filosofía 'el Tao' ☺
. Qi Gong y TaiJi *'la gimnasia de la larga vida ... aprende a respirar'*

✚ Fitoterapia *'las plantas medicinales 'Historia y leyendas'*

✚ Coaching *'realización socio-pedagógica... tu vida sin estrés'*

Olga Shoimar & Joaquín Fernández

YOGA

✚ SABADO
8 de septiembre; 18h

Alexandra Gorbacheva



SÁBADO

15 de septiembre

16h a 20h

DOMINGO

16 de septiembre

09h a 13h

ESPECIAL VERANO 'CONVIVENCIA'

✚ 11 de agosto **'Castell de l'Olla en VILLA GADEA'**
Encuentro e Intercambio de actividades ~ Picatea, desde las 13h



Tod@s, familia, amig@s, (...)