

# Lezioni di Spada giapponese



Luogo **Emilia-Romagna, Bologna**  
<https://www.annunci.it/x-460693-z>

Ti piacerebbe imparare un'arte millenaria come la pratica della spada giapponese, ovvero della katana? Magari ti ha sempre appassionato il mondo dei samurai e vorresti imparare a maneggiarla in modo sicuro, fluido e concentrato.




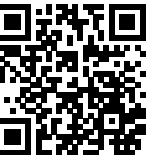






Ora puoi!

Sono un praticante appassionato da più di 15 anni di discipline orientali e più esattamente di spada giapponese tradizionale.

Impartisco lezioni private, o a piccoli gruppi di massimo 3/4 persone, per chi desidera imparare principalmente l'utilizzo della katana per raffinare il proprio equilibrio corpo-mente.  
(Per l'addestramento, la pratica e gli esercizi verrà usato un bokken ovvero una katana di legno)

Le lezioni saranno concordate direttamente con l'allievo e saranno implementate oltre che con la pratica della spada e un riscaldamento adeguato, anche con brevi sessioni di respirazione, concentrazione/visualizzazione e meditazione.

Le lezioni, oltre ad essere accessibili ad adulti maggiorenni di tutte le età, sono consigliate a tutti quelli che ricercano un'ottima salute fisica, una costante concentrazione nel proprio stile di vita e una serenità e consapevolezza nella frenetica routine di tutti i giorni.

 <a href="https://www.annunci.it/x-460693-z">https://www.annunci.it/x-460693-z</a> Lezioni di Spada giapponese	 <a href="https://www.annunci.it/x-460693-z">https://www.annunci.it/x-460693-z</a> Lezioni di Spada giapponese	 <a href="https://www.annunci.it/x-460693-z">https://www.annunci.it/x-460693-z</a> Lezioni di Spada giapponese	 <a href="https://www.annunci.it/x-460693-z">https://www.annunci.it/x-460693-z</a> Lezioni di Spada giapponese	 <a href="https://www.annunci.it/x-460693-z">https://www.annunci.it/x-460693-z</a> Lezioni di Spada giapponese	 <a href="https://www.annunci.it/x-460693-z">https://www.annunci.it/x-460693-z</a> Lezioni di Spada giapponese	 <a href="https://www.annunci.it/x-460693-z">https://www.annunci.it/x-460693-z</a> Lezioni di Spada giapponese	 <a href="https://www.annunci.it/x-460693-z">https://www.annunci.it/x-460693-z</a> Lezioni di Spada giapponese	 <a href="https://www.annunci.it/x-460693-z">https://www.annunci.it/x-460693-z</a> Lezioni di Spada giapponese	 <a href="https://www.annunci.it/x-460693-z">https://www.annunci.it/x-460693-z</a> Lezioni di Spada giapponese
--	---	---	---	--	---	---	---	---	---