

OFERTA FORMATIVA

Tema	Destinatários	Nº horas
Noções Gerais I	Todos os níveis e público em geral	2
Noções Gerais II	Todos os níveis e público em geral	2
Posições de Base	Todos os níveis	2
Noções Gerais III – Estilos, Linhagens e Escolas	Todos os níveis e público em geral	2
Técnicas de Base	Todos os níveis	2
Tao Lu (formas)	Todos os níveis	2
Qi Gong	Todos os níveis	2
Programa da Escola	Todos os níveis	2
Armas	A partir do nível 3	2
Filosofia	A partir do nível 3	2
Iniciação ao Mandarim	Todos os níveis e público em geral	Aulas de 2 horas
Compreender as técnicas dos Animais no Kung Fu	A partir do nível 3	2
Estrutura da Escola	Monitores	2
O Kung Fu no Séc. XX	A partir do nível 4	2
Qi Gong teórico	A partir do nível 5	2
Investigação e Elaboração de Textos	A partir do nível 6	2
Metodologias de ensino	Monitores formação complementar	7 x 2
Utilização de pesos e halteres nas artes marciais	Todos os níveis e público em geral	4 + 3
Organização administrativa de uma associação	Todos os interessados e público em geral	5

SEMINÁRIOS

Seminário	Destinatários	Nº horas
Seminário I	Aberto	12
Seminário II	Aberto*	12
Seminário III	Detentores do Seminário II	12
Seminário IV	Detentores do Seminário III	12
Seminário V	Detentores do Seminário IV	12

*Para prosseguimentos da formação, os atletas devem ter assistido ao Seminário I