

## VareseNews

### Fine settimana all'insegna del Kung Fu

**Pubblicato:** Mercoledì 18 Aprile 2012

Saronno **diventa la patria del Kung Fu**, almeno per un weekend: prenderanno infatti il via venerdì 20 aprile gli incontri degli atleti dello stile T'Ienshu presso la palestra dell'ITIS "G. Riva" cittadino, ospiti della locale **Scuola Wo Chen**.

La "**città degli Angeli**" si appresta dunque a ricevere i praticanti questa disciplina, provenienti da diverse regioni italiane, in occasione dell'ormai tradizionale incontro primaverile che prevede un'intensa "tre giorni" di stage e di esami per il passaggio di grado.

Si inizierà la sera di venerdì 20, quando gli atleti saranno impegnati nella prima fase degli esami; il giorno seguente, sabato 21, **dopo una mattinata libera ci si troverà sul tatami per affrontare prima uno stage di base** (a partire dalle ore 15) e proseguire poi con la seconda fase degli esami, con un interessante stage di preparazione agonistica e con uno di PAD.

**Il PAD è l'acronimo con cui viene designato il Programma Autodifesa Donna**, un sistema di difesa personale estremamente rapido ed efficace che sta conoscendo un momento di grande interesse in questi ultimi tempi: studiato tenendo conto della fisicità e della psicologia femminile, il PAD sta conquistando un numero **sempre crescente di donne desiderose** di apprendere tecniche utili per l'autodifesa.

Domenica, infine, **si arriverà al culmine dell'incontro interregionale**, con il Level Master Delta 2 al quale potranno accedere soltanto i Maestri e gli atleti di maggior esperienza. Per maggiori informazioni è possibile visionare il sito ufficiale del T'Ienshu ([www.tienshu-csea.it](http://www.tienshu-csea.it)) o contattare la Scuola Wo Chen di Saronno.

Redazione VareseNews  
[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)