

Acampamento Internacional de Verão da YMAA Portugal 2005



web: www.ymaaportugal.com email: summercamp2005@ymaaportugal.com

Custo dos Seminários (por hora)

Público em geral.....	€ 14.00
Sócios YMAA	€ 9.00
Instrutores YMAA	€ 7.50
Sócios Portugueses YMAA	€ 6.00
Directores de Escola YMAA.....	€ 3.00

Nota: As classes de Meditação são gratuitas.

Descontos

12 horas ou menos.....	sem desconto
13 a 21 horas.....	10% desconto
22 a 30 horas.....	15% desconto
31 a 42 horas.....	20% desconto

Alojamento

Centro de Lazer São João da Caparica
O Centro de Lazer São João da Caparica é uma posada da juventude na Costa da Caparica, perto da praia, com 27 quartos e 100 camas, Bar e cantina, piscina, campo de ténis e um belo espaço exterior. Fácil acesso a actividades como BTT, Surf e praia.

Orbitur

O parque de *Bungalows* da Orbitur também é na Costa da Caparica a cerca de 400m do local do seminário.

Custo do Alojamento por pessoa (refeições incluídas):

Quarto para 4 ou 8 pessoas.....	€ 35.00
Bungalow para 4 pessoas.....	€ 40.00

Programa do Acampamento de Verão de 2005										
	Sex 5/8	Sab 6/8	Dom 7/8	Seg 8/8	Ter 9/8	Qua 10/8	Qui 11/8	Sex 12/8	Sab 13/8	Dom 14/8
06:30 - 07:30	Chegada Registo	Meditação	Meditação	Meditação		Meditação	Meditação		Meditação	Meditação
07:30 - 08:30		Pequeno Almoço	Pequeno Almoço	Pequeno Almoço	Pequeno Almoço	Pequeno Almoço	Pequeno Almoço	Pequeno Almoço	Pequeno Almoço	Pequeno Almoço
09:00 - 12:00		a) Shaolin b) Qigong	a) Qin Na Aplicações b) Grou Branco	a) Shaolin b) Qigong	Visita Guiada	a) Qin Na Aplicações b) Grou Branco	a) Shaolin b) Qigong	Programa Livre	a) Qin Na Aplicações b) Grou Branco	a) Shaolin b) Qigong
12:00 - 15:00	Todo dia	Almoço	Almoço	Almoço	Todo dia	Almoço	Almoço	Todo dia	Almoço	Almoço
15:00 - 18:00		c) Espada/Bastão d) Taijiquan	c) Espada/Bastão d) Taiji Tui Shou	c) Espada/Bastão d) Taijiquan		c) Espada/Bastão d) Taiji Tui Shou	c) Espada/Bastão d) Taijiquan		c) Espada/Bastão d) Taiji Tui Shou	c) Espada/Bastão d) Taijiquan
18:30 - 19:30		Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar
20:00	Informações Orientação	Festa de Boas Vindas	Perguntas e Respostas	Exames de Taiji	Programa Livre	Demo	Exames de Shaolin	Programa Livre	Evento Especial	Festa de Despedida
										Seg 15/8 Partida

Programa da Visita Guiada (Terça-feira 9 de Agosto de 2005)	
08:00	Partida: Saída da Caparica para Sintra via Cascais
10:30	Visita aos monumentos de Sintra
13:00	Almoço
16:00	Programa Livre no Parque das Nações
18:00	Jantar com Noite de Fados
Custo: € 65.00	

Informação Geral

Supervisor: Dr. Yang, Jwing-Ming

Director : Sr. Pedro Rodrigues

Contacto: E-mail: summercamp2005@ymaaportugal.com

Tel/Fax: 214956123

Telem: 917714892

Data: 5 de Agosto de 2005 a 14 de Agosto de 2005

Local: Centro de Lazer de São João da Caparica

Tel: 21 291 82 50

Fax: 21 291 82 58

E-mail: clsj@clix.pt

Programa de Treino:

1. Bases de Espada/Bastão (Shaolin + Taijiquan).....21 Horas
2. Shaolin (Correcções e Refinamento).....12 Horas
3. Taijiquan (Refinamento e Aplicações Marciais).....12 Horas
4. Taiji Tui Shou (Tui Shou em movimento).....9 Horas
5. Qigong (Desporto dos cinco animais).....12 Horas
6. Bases de Grou Branco.....9 Horas
7. Aplicações de Chin Na.....9 Horas



Instrutores do Acampamento

1. **Dr. Yang Jwing Ming:** Presidente da YMAA Internacional, autor de 30 livros sobre Taijiquan, Qigong e artes marciais externas. Irá supervisionar o programa de treino e será Instrutor de Meditação, Qigong, espada e bastão de Taiji/ShaoLin. Supervisionará também as classes de Shaolin, Taiji entre outras.
2. **Taijiquan – Jeff Pratt:** Instrutor de Taijiquan qualificado pela YMAA. Pratica Taijiquan com o Dr. Yang há mais de 16 Anos. Já ganhou vários campeonatos em diversos torneios.
3. **Shaolin – George Dominguez:** Instrutor de Shaolin qualificado pela YMAA. Pratica punho Longo e grou Branco com Dr. Yang há mais de 16 Anos. Já ganhou vários campeonatos em diversos torneios.

Instrutores Assistentes

1. Shaolin – Robert Was e Pedro Rodrigues
2. Grou Branco – Aaron Damus e Ben Warner
3. Qin Na – Jim Noble

Como chegar ao acampamento



O Acampamento Internacional de Verão de 2005 irá realizar-se na Costa da Caparica, no Centro de Lazer se São João da Caparica.

Morada:
Rua Bernardo Santareno, nº3
Sto António da Caparica,
2825-446 Costa da Caparica

Tel: 21 291 82 50
Fax: 21 291 82 58
E-mail: clsj@clix.pt

O caminho mais fácil para o local do acampamento é entrando no IC20 sentido Costa da Caparica. No final do IC20 no cruzamento com semáforos, virar à direita, seguir em frente até à 3ª rotunda. Ver mapa ao lado.

Como se Inscrever

1. Usando as Fichas de Inscrição

Preencha a ficha de inscrição e envie para:

YMAA Portugal,
Rua Moreira Cardoso nº 2, 1º apt 4
2720 – 388 Amadora
Portugal

Ou envie por:

Fax: 214956123
E-mail: summercamp2005@ymaaportugal.com



2. Inscrição na Internet

Inscrição em www.ymaaportugal.com

Nota: As inscrições devem ser feitas até 30 de Abril de 2005, depois desta data têm um acréscimo de 30€. Não haverá reembolso para cancelamentos após 30 de Junho de 2005.



Métodos de Pagamento

Os métodos de pagamentos são a transferência bancária ou pagamento por cheque.

Preencha a ficha de inscrição e envie para a YMAA Portugal juntamente com a cópia do talão da sua transferência bancária ou respectivo cheque. Após a sua recepção e confirmação de boa cobrança a YMAA Portugal adicionará a sua inscrição à lista de presenças *on-line*.

Banco: BPI
Balcão: Amadora
Nome: Associação de Artes Marciais Yang Portugal
Nº de Conta: 72277947000001
NIB: 0010 0000 2277 9470 0013 3

Nota: A sua reserva ficará assegurada assim que a YMAA Portugal confirme a boa cobrança.
As despesas da Transferência bancária são a cargo do ordenador.

Ficha de Inscrição

Nome: _____

Morada: _____

Telefone: _____ Telemóvel: _____ Fax: _____

E-mail: _____

É sócio da YMAA? **sim** **não**

Qualificações na YMAA como Instrutor/Assistente de Instrutor? **Shaolin** **Taiji** **Chin Na**

Escola da YMAA a que pertence: _____

Nome do seu Instrutor: _____

Lista de pessoas com as quais pretende partilhar o alojamento, e outros requisitos: _____

Custos

(total da quantia a ser paga à YMAA Portugal)

- 1. Alojamento €.....
- 2. Seminários €.....
- 3. Visita guiada €.....
- 4. Bicicleta €.....
- 5. Exame graduação €.....

TOTAL €.....

Nota: Exame de graduação são € 10.00 e a visita guiada € 65.00. A bicicleta são € 100.00.

Assinale a sua preferência de Alojamento para as noites que necessita e calcule o total de custos.													
Alojamento	Sex 5/8	Sab 6/8	Dom 7/8	Seg 8/8	Ter 9/8	Qua 10/8	Qui 11/8	Sex 12/8	Sab 13/8	Dom 14/8	Total Noites	X custo por noite	Total €
Pousada da Juventude (4 ou 8 pessoas)												€35.00	
Bungalow (4 pessoas)												€40.00	

Exame de Graduação:

Shaolin Taiji

Alimentação:

Não Vegetariana Vegetariana

Bicicleta:

sim não

Insira o código (A/B/C/D) dos seminários que se pretende inscrever.														
Seminários	Sex 5/8	Sab 6/8	Dom 7/8	Seg 8/8	Ter 9/8	Qua 10/8	Qui 11/8	Sex 12/8	Sab 13/8	Dom 14/8	Total horas Seminários	Menos Desconto	Total €	
Meditação	/				/			/				Grátis	Grátis	Grátis
Manhã (A/B)	/				/			/						
Tarde (C/D)	/				/			/						

Custo (por hora): Público em geral € 14.00, Sócios YMAA € 9.00, Instrutores YMAA € 7.50, Sócios Portugueses YMAA € 6.00, Directores de Escola YMAA € 3.00
Desconto: mais de 13horas 10% desconto, mais de 21horas 15% desconto, mais de 31horas 20% desconto