



2

0

2

2

**uno sguardo al passato**

**uno sguardo al futuro**

**vivendo il presente**

Ecco a voi il Thien Mon che festeggia il primo Maestro IV Dang che si è diplomato nella nostra Scuola. Complimenti a Michele!



2  
0  
2  
2



# gennaio

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Il primo dei 4 passi: svuotare mente e spirito per accogliere il nuovo.  
Si parte dal Vuoto.

# imparare

2  
0  
2  
2



# febbraio

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						



21 marzo: equinozio di primavera. Iniziamo a praticare Tiep Xuan per riaprire le fonti di energia alla primavera.



2  
0  
2  
2



# marzo

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			



Di nuovo insieme per l'appuntamento estivo della Summer University. Arrivederci a luglio 2022.



2  
0  
2  
2





# aprile

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Il secondo dei 4 passi: ripetere e ripetere.

La conoscenza si consolida e trova casa dentro di noi.

# ripetere

2  
0  
2  
2

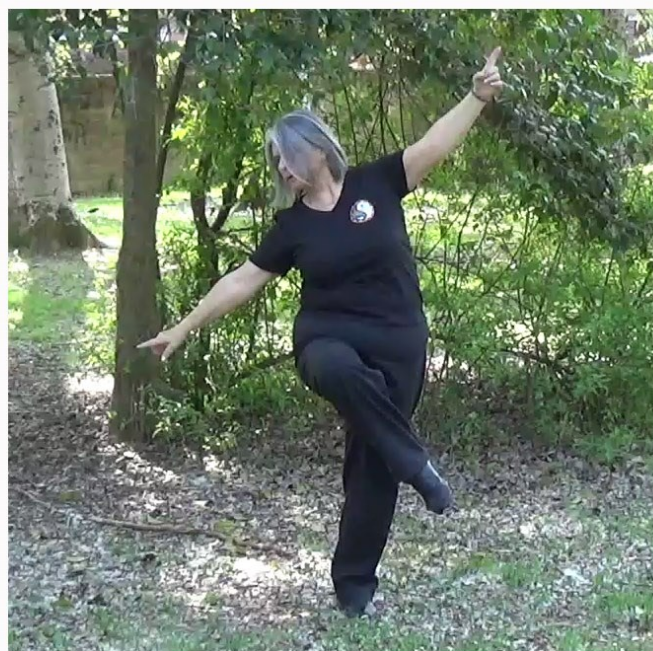


# maggio

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					



21 giugno: solstizio d'estate. Iniziamo a praticare Vo Ha, apriamoci all'energia dell'estate.



2  
0  
2  
2



# giugno

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			



Allenamenti in palestra e all'aperto. In presenza e *on line*. In sicurezza per tutelare salute e benessere.



2  
0  
2  
2





# luglio

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Il terzo dei 4 passi: correggersi, accogliere il cambiamento,  
ricercare la perfezione.

2  
0  
2  
2

perfezionare



# agosto

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



21 settembre: equinozio di autunno. Iniziamo a praticare Ha Thu nel tempo dedicato alla raccolta.



2  
0  
2  
2



# settembre

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		



L'inizio di un grande Team! Il Thien Mon al 1° torneo 2021. Medaglia di bronzo alla squadra di allieve!



2  
0  
2  
2



# ottobre

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Il quarto dei 4 passi: lasciare andare, non essere attaccati a quanto sappiamo. Ritornare al Vuoto.

# dimenticare

2  
0  
2  
2



# novembre

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				



21 dicembre solstizio d'inverno. Affrontiamo la stagione fredda praticando Trong Dong e dedichiamoci al raccoglimento.



2  
0  
2  
2



# dicembre

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

# 2022: 30 anni di Viet Tai Chi

Con tutti gli appuntamenti tradizionali

gli stage nazionali: Maggio (Pesaro), luglio (Rosolina),  
novembre (Caldonazzo), febbraio (Torino)

Stage regionali: Armi Tradizionali (Padova), Energia Interna (Vigonza),  
Perfezionamento tecnico (Polverara)

Viet Tai Chi delle stagioni (Cadoneghe)

Stage provinciali Ventaglio (Trento), Bastone (Padova)

Corsi di Teoria (Cadoneghe)

La pratica del Bat Nha (Cadoneghe)

La festa per i 30 anni, Settembre (Padova)



# 2023

## gennaio

<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>g</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

## febbraio

<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>g</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
			1	2	3	4
		5				
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

## marzo

<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>g</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
			1	2	3	4
		5				
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

## aprile

<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>g</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
					1	2
					3	4
5	6	7	8	9		
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

## maggio

<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>g</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

## giugno

<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>g</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
			1	2	3	4
			5	6	7	8
9	10	11				
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

## luglio

<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>g</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
					1	2
					3	4
5	6	7	8	9		
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

## agosto

<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>g</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
			1	2	3	4
			5	6	7	8
9	10	11	12	13		
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

## settembre

<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>g</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
				1	2	3
				4	5	6
7	8	9	10			
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

## ottobre

<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>g</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
						1
						2
3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

## novembre

<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>g</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
			1	2	3	4
			5	6	7	8
9	10	11	12			
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

## dicembre

<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>g</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
					1	2
					3	4
5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31





Thien Mon è un centro, una scuola, un luogo dove si pratica insieme ma anche un mondo online per tutte le occasioni di pratica:

**thienmon.it**

Tutti i contenuti interessanti, novità, appuntamenti, informazioni

<https://thienmon-online.teachable.com/courses>

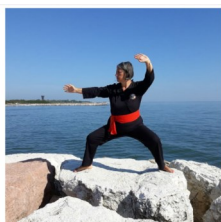
I corsi on line della Academy

**annacampo**

Il canale Youtube con le lezioni

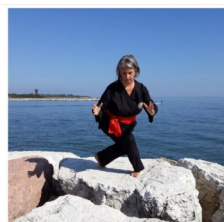
**Centro Thien Mon**

La pagina facebook



Pratica quando e dove vuoi.

Utilizza il telefono, il computer o il tablet per accedere al tuo corso. Semplice e veloce.



Ti guido per la tua strada.

Insieme andremo a coltivare e migliorare la disciplina del Viet Tai Chi e Chi Kung. Sono io la tua guida, ti aiuterò a trovare la tua strada.



30+ lezioni insieme.

Ogni settimana esce una nuova lezione. All'interno troverai 30+ lezioni di studio e pratica.



Login

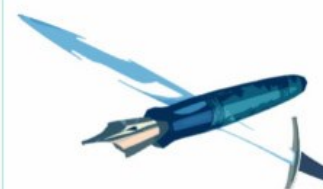
Sign Up



**Thien Mon Academy**

Allenare la felicità dove e quando vuoi!

Per praticare dove e quando vuoi seguendo le lezioni online



**Viet Tai Chi Teoria per il 1° Chi**

corso di teoria per il programma tecnico d'esame a supporto del libro ufficiale VTC Quang Lo

Teoria e pratica per l'esame del 1° anno



**Viet Tai Chi Teoria per il 2° Chi**

corso di teoria per il programma tecnico d'esame a supporto del libro ufficiale VTC Quang Lo

Teoria e pratica per l'esame del 2° anno



**Viet Tai Chi Teoria per il 3° Chi**

corso di teoria per il programma tecnico d'esame a

Teoria e pratica per l'esame del 3° anno



**Viet Tai Chi Teoria per il 4° Chi**

corso di teoria per il programma tecnico d'esame a

Teoria e pratica per l'esame del 4° anno — La tesi



**108 minuti di Tai Chi**

6 lezioni da 18 minuti per affrontare un periodo di

15' al giorno di Tai Chi per ritrovare e mantenere la buona salute



**Armi Tradizionali**

corso di introduzione alle Armi Tradizionali del Tai Chi

Spada, bastone, ventaglio



**Macrocosmo & Microcosmo**

12 Schede a tema a supporto del programma

Studio delle corrispondenze in Oriente



**Am Duong Chi Kung**

La soluzione giusta per praticare a casa il Chi Kung

Chi Kung morbido o energetico per ogni esigenza