

# CLUB DE TAI TXÍ I KUNG FU EMPORDÀ



**Nom president:** Sr. Mario Pla Saavedra  
**Adreça social:** Pavelló Municipal d'Esports (plaça Vila-romà, 1) - 17230-Palamós  
**Telèfon:** 608 077 913  
**A/e:** marioplacoach@gmail.com  
**Núm. Registre Municipal d'Entitats Ciutadanes:** en tràmit  
**Núm. Registre Direcció General de l'Esport:** en tràmit  
**CENS ESPORTISTES:** 56 NOIS (21) NOIES (35)



Professors responsables de l'AEKJ (Asociación Española de KyushoJitsu) i de la DKI (Dilman Karate International)

La nostra entitat va començar a formar part del panorama esportiu palamosí l'any 2008, quan un grup d'aficionats a les arts marcials va decidir donar presència social a les seves aficions i activitats esportives. En aquells moments la majoria dels socis fundadors, a part de practicar arts marcials, vam començar a practicar el tir amb arc, d'aquí el nom que inicialment vam anomenar a la nostra entitat "Club de Tir amb Arc Palamós". Malauradament, la pràctica del tir amb arc no es va consolidar, en canvi, les altres activitats que inicialment també vam arrencar s'han anat consolidant i agafant forma. Entre aquestes cal destacar: arts marcials (krav maga, kyusho jitsu, systema rus), tai txí i kung Fu, manteniment per adults i qi gong.

Aquest any, amb una nova junta formada per: Mario Pla (president), Pilar Rebelles (secretària) i Manuela Romero (tresorera), es va decidir canviar el nom de l'entitat per un altre que s'avingués més amb les activitats que desenvolupem. El nom escollit va ser el que presentem a dia d'avui, Club de Tai Txí i Kung Fu Empordà.

Cal dir que, aquest nom comporta tanmateix un parell d'arguments a tenir en compte: en primer lloc, el tai txí, a part de ser un art marcial (en aquest cas hauríem de dir tai txí quan), és també una pràctica terapèutica on l'equilibri entre el cos i la ment afavoreix el desenvolupament humà. Tai txí vol dir gran pol suprem i s'utilitza en moltes connotacions xineses, però, perquè ens entenguem i fer-ho fàcil vindria a representar, en el marc del nostre club, aquella pràctica esportiva que sorgeix de mantenir un equilibri tant a nivell físic com men-

tal. Una pràctica equilibrada que volem transmetre als nostres socis en el seu dia a dia esportiu, cultural i social i, perquè no, al conjunt de ciutadans d'un paradís esportiu com és la vila de Palamós. El segon argument que volem transmetre és el que en realitat vindria donat per la paraula kung fu, que també pot ser tant una pràctica marcial com una terapèutica. I és que el kung fu, en realitat, significa la mestria que qualsevol persona adquireix quan té la capacitat de transmetre coneixements en qualsevol camp (esportiu, terapèutic, profes-



sional...). Segons aquest argument un expert necessitaria un aprenentatge d' almenys tres anys en qualsevol pràctica per adquirir els coneixements bàsics que la sostenen. Però, aquell que té la capacitat de transmetre coneixements, és a dir, de ser un autèntic mestre necessita almenys deu anys d'aprenentatge continu.

Així doncs, dos criteris defineixen el nostre club a més de donar-li nom i forma, per un cantó: equilibri, i per un altre: mestria.

Com a esdeveniment remarcable consolidat aquest any, ens agradaria comentar que la nostra secció d'arts marçials forma part de la "Asociación Española de KyushoJitsu" que té representació territorial nacional de la "DKI Internacional" (Dilman Karate International) i, alhora, està reconeguda per la "Federación Española de Lucha".

Us convidem a que participeu en totes les nostres activitats, no només les esportives, ja que des de fa temps participem del panorama palamosí organitzant esdeveniments i xerrades relacionades amb temes de creixement personal i de salut, com han estat les *Jornades de la salut de la dona*, o xerrades i tallers relacionats amb el món del coaching entre altres.



### PROGRAMACIÓ CURS 2016-2017

**ACTIVITAT:** Manteniment físic per a adults  
**INICI I DURADA DEL CURS:** Octubre 2016 / juny 2017 - dimarts i dijous de 9.15 a 10.15 h / 10.30 a 11.30 h  
**EDAT ALUMNES:** Majors de 18 anys

**ACTIVITAT:** Qi gong  
**INICI I DURADA DEL CURS:** Octubre 2016 / juny 2017 – divendres de 9.15 a 10.15 h  
**EDAT ALUMNES:** Majors de 18 anys

**ACTIVITAT:** Krav Maga, kyusho jitsu, sistema rus

**INICI I DURADA DEL CURS:** Octubre 2016 / juny 2017 – dimarts, dijous i divendres -a partir de les 20 h

**EDAT ALUMNES:** Majors de 18 anys

**ACTIVITAT:** Kung fu  
**INICI I DURADA DEL CURS:** Octubre 2016 / juny 2017

**EDAT ALUMNES:** Alumnes de primària

**DOCUMENTACIÓ NECESSÀRIA:**  
Fitxa d'inscripció

**INSCRIPCIONS I MÉS INFORMACIÓ:**  
608 077 913 (Mario Pla)  
marioplacoach@gmail.com

