



UFC: cena di Natale con Taiji (tai chi)

La millenaria sapienza delle arti marziali per trovare soluzioni strategiche all'altezza dei tempi

Una affollatissima cena di Natale dei **Soci UFC** è stata preceduta quest'anno da un incontro con la millenaria arte del Taiji con la Spada. Alla conclusione dell'anno che coincide con il trentesimo di vita dell'Associazione, è stata infatti creata una iniziativa in collaborazione con **Elicoides**, Associazione Diffusione Taiji, coinvolgendo i Soci interessati per una lezione pratica.. I maestri di Taiji Enzo Simeoni e Monica Architetto hanno guidato i Soci alla scoperta di una arte millenaria che nasce come arte marziale, arte cioè di trovare soluzioni strategiche per difendere sé stessi, utilizzando anche sciabole e spade. Il Taiji con la Spada a cui si sono avvicinati i Soci UFC, insegna un combattimento senza stress perché è insieme una filosofia e un metodo, un gioco e una rappresentazione della vita. Un discorso serio quindi, che non ha impedito che la lezione di Taiji si svolgesse con un grande divertimento da parte di tutti i partecipanti. Alla lezione è seguita la tradizionale cena di Natale. ■