



Olá, bem vindo!

nós somos a **TAN LAN,**

escola de **Kung Fu**
e **Taichi.**

譚嵐 功夫 太極 學校

Venha
descobrir
os benefícios
de praticar

Artes marciais!

譚嵐 功夫 太極 學校



Kung Fu

Vamos
começar?

譚嵐 功夫 太極 學校

PROGRAMA INICIAL



SEU PRIMEIRO PASSO!



5 AULAS

**PROGRAMA
INICIAL**



DE 30 A 45 MIN.

**2 VEZES
POR SEMANA**

ATENÇÃO DIFERENCIADA

PROGRAMA
INICIAL



TÉCNICAS DE BLOQUEIO E ATAQUE
DEFESA PESSOAL E CHUTES



AVALIAÇÃO VISUAL

PROGRAMA
INICIAL



PROPORCIONAL AO SEU PERFIL

E FAIXA ETÁRIA

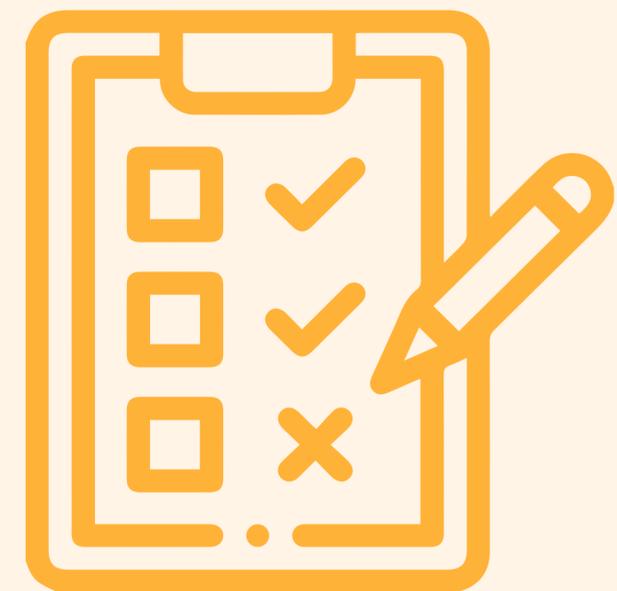
FORÇA

RESISTÊNCIA

FLEXIBILIDADE

COORDENAÇÃO MOTORA

NÍVEL DE CONCENTRAÇÃO



REUNIÃO COM O MESTRE

PROGRAMA
INICIAL



4ª AULA

APRESENTAÇÃO DA SUA AVALIAÇÃO

MONTAGEM DO SEU PROGRAMA



HORA DE SABERMOS PORQUÊ OPTOU EM TREINAR KUNG FU

NESTE MOMENTO DA SUA VIDA.

PROGRAMA INICIAL



Vamos começar?

BENEFÍCIOS ÚNICOS À SUA SAÚDE! FALE COM A GENTE!
