



# NEWS 2010

## LUGLIO & AGOSTO / IULAI & 'AUKAKE

Care amiche e amici di AlohaSpirit

Nel Newsletter AlohaSpirit die luglio e agosto trovate informazioni e date su:

1. LOMILOMI
2. HULA
3. HŪ ANA
4. NEWS & TIPPS

### **1. LOMILOMI**

#### **Corsi e formazioni**

- Dal 24 al 31 luglio, **Lomilomi-Settimana intensa** a Camperio. Questa settimana è il centro, il cuore della nostra formazione nel massaggio Lomilomi. Richiesti sono al minimo due corsi base da noi. Anche per i già diplomati una possibilità perfetta per imparare cose nuove, per immergersi e per ricaricare le batterie.



Camperio settimana intensa 2009

#### **Previsione:**

**Lomilomi Corso Base 1 'Ekahi** si svolge dal 24 al 26 settembre nel Hale AlohaSpirit. Ci concentriamo sulla parte posteriore del massaggio. In questi 2 ½ giorni ci immergiamo nel mondo Lomilomi, impariamo di più sul suo origine e la sua storia e approfondiamo il lavoro sul retro del corpo: Inizio, mettere l'olio, schiena, spalle, gambe... E' il corso ideale per iniziare la formazione ma anche per rinfrescare le conoscenze e controllare le abitudini.



*Offriamo massaggi Lomilomi nel Hale-AlohaSpirit a Meilen giornalmente ma anche la sera e al fine settimana*

- Lomilomi per una persona
- Lomilomi per coppie
- Lomilomi a 4 mani
- Lomilomi hapai (per donne incinte)
- Peeling per il corpo con sale hawaiano pa'akai

## **2. LET'S HULA**

### **HULA WEEKENDS 2010 CON KUMU KEALA CHING**

Mahalo nui loa a tutti coloro che hanno visitato  
i corsi e/o le presentazioni.  
Anche quest'anno è stato un grande successo!

See you in summer 2011...



Nā Wai 'Ōhi'a, Hō'ike Zurigo 25 giugno 2010



## MENSILMENTE – HULA DAY

### Sabato, 17 luglio 2010 – ‘Auana Day

Giornata Hula. Al Hale AlohaSpirit a Meilen vicino a Zurigo.

Hālau Nā Wai ‘Ōhi’a / Kumu Noëlle Delaquis insegna dal 2004 nella tradizione di Nā Wai Iwi Ola (the ancient waters of life) balli, canti e gli insegnamenti di Kumu Keala Ching, Hawai’i.

Alla giornata Hula abbiamo sei ore di tempo per dedicarci ad un ballo hula e un chant (canto) e per approfondire aspetti della cultura hawaiana. Ottima possibilità per principianti come anche per coloro che già ballano hula.

Ora: dalle 10.00 alle 16.00. Portare per favore un piatto vegetariano da condividere con tutti. Mangiamo insieme al Hale, Hawaiian Pa’ina-Style.

Costi: CHF 100.-. Il guadagno va alla fondazione Nā Wai Iwi Ola alle Hawai’i. Info: [www.nawaiwiola.org](http://www.nawaiwiola.org)

Previsione: Domenica, **22 agosto 2010:** Kahiko Day.



## SETTIMANALMENTE

### ❖ Di martedì al Hale AlohaSpirit

- dalle 17.00 alle 18.00: **Keiki Hula** – Hula Classe bambini
- dalle 18.00 alle 19.00: **‘Olelo Hawai’i** – Lingua hawaiana con Kumu Helaka
- dalle 19.00 alle 21.00: **Hula** Nā Wai ‘Ōhi’a
- dalle 21.00 alle 21.30: **Ukulele**

Iscrizione: [noelle.delaquis@alohaspirit.ch](mailto:noelle.delaquis@alohaspirit.ch) / Tel. 044 793 20 62

### ❖ Di giovedì al Hale AlohaSpirit

- dalle 18.15 alle 19.45: **Hula beginners class** Nā Wai ‘Ōhi’a con Claudia Brüllhardt

Iscrizione: [claudia.bruellhardt@alohaspirit.ch](mailto:claudia.bruellhardt@alohaspirit.ch) / tel. 079 245 47 01



### ❖ Di lunedì a Zugo

- **Hula adesso anche a Zugo! Hula beginners class** Nā Wai ‘Ōhi’a dalle 18.30 alle 20.00 Uhr con Linda Giannacopoulos  
Turnhalle ZUWEBE, Untere Rainstrasse 31, Inwil/Baar  
Iscrizione: [lindagianna@gmail.com](mailto:lindagianna@gmail.com) / tel. 076 324 03 29

## **3. Hū Ana con Tūtū Myra**

Da più di 20 anni Myra Delaquis si dedica intensamente alle saggezze delle Hawai'i. Partendo dalla filosofia di vita di Serge Kings "Huna" e con le sue esperienze professionali e di vita personali, ha sviluppato insieme a Kumu Keala Chig "Hū Ana". Hū Ana – sono saggezze vicine alla pratica che aiutano a trovare soluzioni e a vivere in una maniera più semplice, sana e felice. Hū Ana significa: il sapere che dall'interno sgorga verso fuori. La definizione Hū Ana viene usata unicamente per gli insegnamenti dati personalmente da Tūtū Myra.



Kumu Keala Ching und Myra Delaquis, Tūtū Myra

### **Hū Ana-Serate a Meilen con Tūtū Myra**

Mensilmente nel Hale AlohaSpirit

Mercoledì, **11 agosto**

### **Hū Ana-Serate in Ticino con Tūtū Myra**

Mensilmente: Stabile Rampiga, via Rampiga, 6917 Barbengo

Giovedì, **22 luglio**

Inizio ore 19.30 fino alle 22.30, costi CHF 30.-





## 4. NEWS

HO'ONUI IKE (increase your knowledge) Workshop – 28 e 29 agosto

Il tema di quest'anno: HO'OPONOPONO (conflict resolution)

Dal 2007 una volta all'anno svolgiamo questo unico seminario sul sapere, la cultura e i concetti di guarigione hawaiani. Kumu Keala ha una formazione in Ho'oponopono seguendo per decenni Kupuna Malia Craver. Dal 1999 è Ho'oponopono-Practitioner in molteplici funzioni.

Sabato 28 dalle 9.00 alle 17.00 e domenica 29 agosto dalle 10.00 alle 17.00.

CHF 450.- il ricavato va completamente alla fondazione Na Wai Iwi Ola, Hawai'i.

Info: [www.nawaiwiola.org](http://www.nawaiwiola.org) - Ci sono solo ancora alcuni posti liberi.



Kumu Keala Ching, Hawai'i

## 5. TIPP

Hotel a Big Island/Kona, Hawai'i con vera cultura:

Keauhou Beach Resort ... where culture is the host. [www.keauhoubeachresort.com](http://www.keauhoubeachresort.com)

Immerse yourself in the history, culture and landscape of Hawai'i. **Daily cultural activities:** property tours, hawaiian language, lei making, hula, ukulele, chanting, makahiki games, arts & crafts and more with the huaka'i team: Kumu Keala Ching, Rolinda Bean and Mana Hasegawa.



A presto – me ke aloha, a hui hou

Noëlle e Myra  
AlohaSpirit

**Più informazioni sotto:** [www.AlohaSpirit.ch](http://www.AlohaSpirit.ch)

Se non desiderate ricevere questo Newsletter, basta farcelo sapere. Cancelleremo subito l'indirizzo.