

## Europass- Curriculum Vitae



<b>INFORMAÇÃO PESSOAL</b>	
<b>Apelido(s) / Nome(s) próprio(s)</b>	Cunha, Luís Virgílio Almeida
<b>Morada(s)</b>	Av. De Roma, 119- 1ºEsq, 1700-346 LISBOA
<b>Telefone(s)</b>	218132181 <span style="float: right;">Telemóvel: + 351 933 237 087</span>
<b>Correio(s) electrónico(s)</b>	<a href="mailto:asa.artesorientais@gmail.com">asa.artesorientais@gmail.com</a>
<b>Nacionalidade</b>	Portuguesa
<b>Data de nascimento</b>	18.02.1949
<b>Sexo</b>	Masculino
<b>EMPREGO PRETENDIDO / ÁREA FUNCIONAL</b>	Treinador Desportivo de Artes Marciais Chinesas Internas – Qigong / Taiji
<b>EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL</b>	
<b>Início da prática profissional</b>	Iniciou a sua actividade como professor de Artes Marciais em <b>1968</b> na <b>Academia de Budo</b> , da União Portuguesa de Budo.
<b>Locais onde exerceu a sua actividade</b>	<p>Ao longo dos anos leccionou nos seguintes clubes e entidades:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Centro Português de Karaté,</b></li> <li>• <b>Secretariado Nacional para a Juventude,</b></li> <li>• <b>Clube Naval Setubalense,</b></li> <li>• <b>Casa do Pessoal da Sacor,</b></li> <li>• <b>Academia Militar, em Lisboa</b></li> <li>• <b>Polícia Judiciária, em Lisboa,</b></li> <li>• <b>Lisboa Ginásio Clube, em Lisboa,</b></li> <li>• <b>Ginásio Clube Português, em Lisboa, de 1974 a 2001</b></li> <li>• <b>Ain Soph Aur – Academia de Artes Orientais, de 2000 até ao presente</b></li> </ul>
	1983 Foi oficialmente nomeado <b>membro do Conselho Técnico da CDAM</b> (Comissão Directiva de Artes Marciais).
	Outubro de 1984 Foi <b>director do 2º Curso de Treinadores do 3º grau para Agentes de Ensino de Artes Marciais - Formação Geral</b> , realizado pela Direcção Geral dos Desportos, Instituto Nacional dos Desportos.
	1993 Em 1993 foi agraciado pelo Ginásio Clube Português com a distinção de <b>Professor do Ano</b> . Colocou sempre como principal motivação e objectivo para a prática e ensino das artes marciais a sua vertente ética e pedagógica.
	Desde 2000 Presentemente dá aulas e orienta cursos de formação na Ain Soph Aur – Academia de Artes Orientais, que fundou em 2000.
<b>Função ou cargo ocupado</b>	Responsável Técnico e pedagógico da Ain Soph Aur- Academia de Artes Orientais, professor responsável pela orientação técnica e pedagógica de aulas e cursos de formação de Qi Gong e Tai Chi Chuan.

<b>Principais actividades e responsabilidades</b>	Orientação de aulas regulares, seminários, workshops, treinos especiais e cursos de formação de Qi Gong e Tai Chi Chuan. É o responsável técnico pela formação e divulgação de Qi Gong e Tai Chi Chuan da Ain Soph Aur Academia de Artes Orientais.
<b>Nome e morada do empregador</b>	Ain Soph Aur – Academia de Artes Orientais, Rua Marques da Silva, 59-B, 1170-222 Lisboa.
<b>Tipo de empresa ou sector</b>	Empresário em nome individual.
<b>EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO</b>	
31.12.1975	Curso de Arquitectura.
30-04-84	Curso de Pós Graduação em Arquitectura Ambiental - Conservação de Energia nos Edifícios.
De 1962 até ao presente	Formação em Artes Marciais ao longo dos anos conforme referido no presente curriculum vitae.
1983	Curso de Treinadores de 3º Grau para Agentes de Ensino de Artes Marciais da Direcção Geral dos Desportos - Instituto Nacional dos Desportos.
2000	Curso de Treinador de Nível 1 da Federação Nacional de Karaté – Portugal.
<b>Designação da qualificação atribuída</b>	Arquitecto especializado em arquitectura bio climática e gestão de energia em edifícios. Actualmente - Professor de Artes Marciais Orientais Internas.
<b>Principais disciplinas/competências profissionais nas áreas a que se refere o presente curriculum</b>	Qi Gong, Tai Chi Chuan, Karaté-Do Shotokan; Shaolin Mon Karaté-Do; Jisei Budo (da Escola Internacional Tokitsu-Ryu). Jisei Tai Chi (da Escola Internacional Tokitsu-Ryu).  <i>Nota: A Escola Internacional Tokitsu-Ryu inclui os fundamentos das seguintes artes marciais: Yi Chuan, Da Chen Chuan, TaikiKen, Kenjutsu e Iai-Do da Escola Komagawa Kaishin Ryu, Jisei Kikô (Qi Gong), Jisei Tai Chi.(Forma baseada na forma de síntese de 108 movimentos da Escola de Nanquin de 1930, divulgada no Ocidente pelos mestres Wang Chu Chin e seu discípulo Wang Fu Lai).</i>
<b>ORGANIZAÇÃO DE ENSINO OU FORMAÇÃO</b>	
No que se refere à formação geral	<b>Direcção Geral dos Desportos - Instituto Nacional dos Desportos (1983)</b> - Curso de Treinadores de 3º Grau para Agentes de Ensino de Artes Marciais. <b>Federação Nacional de Karaté – Portugal (2000)</b> – Curso de Treinador de Nível 1
No que se refere à formação específica	Ainda que fazendo parte de organizações como a Associação Desportiva Centro Português de Karaté (ADCPK) e a Escola Tradicional de Karatedo (ETK), o tipo de formação específica que recebemos ao longo dos anos esteve sempre directamente ligada aos Mestres que a seguir referimos, não sendo o resultado da acção pedagógica de uma organização específica.
De Fevereiro de 2003 até à presente data	Em 2003 conheceu o <b>Mestre Li Naiguang</b> , e inicia-se como seu aluno em Qi Gong (Chi Kung) e Taiji (Tai Chi)  <b>Mestre Li Naiguang</b> é Mestre de Qi Gong e Tai Chi Chuan discípulo do <b>Mestre Wai Ya Fu</b> , aluno de <b>Yang Sang Fu</b> , neto de <b>Yang Lu Chan</b> fundador do estilo Yang de Tai Chi Chuan)  Ao longo destes anos verificou que a orientação que o Mestre Li Naiguang imprime ao seu ensino é veículo de um elevado conhecimento técnico, ético, humano e espiritual, que corresponde às suas mais elevadas expectativas.  Desde 2003 tem realizado formação contínua com o Mestre Li Naiguang, nas suas aulas às 3ªs e 5ªs feiras em Santarém (3 horas cada aula), nos seus treinos mensais de um dia nas instalações da <b>Ain Soph Aur</b> e nos retiros de fim de semana e de uma semana que a <b>Ain Soph Aur</b> organiza regularmente todos os anos.  Presentemente, na sua prática diária de Qi Gong e Tai Chi, de mais de 3 horas, segue unicamente a orientação do Mestre Li Naiguang, cujo contacto regular e proximidade têm enriquecido, estruturado e dado uma nova dimensão a toda a sua experiência anterior.

De Maio de 1989 a Dezembro de 2008	<p><b>Mestre Kenji Tokitsu</b> - 9º Dan - Fundador de: Shaolin Mon Karaté-Do, Jisei-Do, Escola Tokitsu-Ryu International (Qi Gong - Tai Chi Chuan - Jisei Budo - Yi Chuan - Da Chen Chuan - Taikiken Kenjutsu e Iai-Do).</p> <p>Neste Período seguiu a orientação do mestre Kenji Tokitsu. Foi o seu aluno português mais graduado e, simultaneamente, responsável técnico do <b>Jiseibudo</b> em Portugal.</p> <p>Sob a orientação deste mestre praticou <b>Chi Kung</b>, várias formas de <b>Tai Chi Chuan do estilo Chen</b>, uma forma longa (108 movimentos) de <b>Tai Chi Chuan de Síntese da escola de Nanquim</b>, dos anos 30 do século passado, (divulgada no Ocidente pelos mestres Wang Chu Chin e seu discípulo Wang Fu Lai).</p> <p>Praticou também <b>Yi Chuan</b>, <b>Da Chen Chuan</b> e sabre japonês (<b>Iai-do e Kenjutsu</b>) da escola <b>Komagawa Kaishin Ryu</b> sob a orientação do mestre Tetsuzan Kuroda.</p>
De Maio de 1999 a Agosto de 2007	<p><b>Dr. Toshihiko Yayama</b> (Oncologista e cirurgião pela Universidade de Kyushu do Japão – Médico Especialista de Medicina Tradicional Chinesa)</p> <p>O Dr. Toshihiko Yayama é Mestre de Qi Gong do Mestre Kenji Tokitsu.</p>
De 1987 a 1991	<p><b>Profª. Elisabete Pacheco</b> – Qi Gong e Tai Chi Chuan - Aluna do Mestre Liu Pai Lin (Instituto Pai Lin de Cultura e Ciência Oriental - Brasil).</p>
De 1969 a 1978	<p>Praticou e ensinou karaté-Do Shotokan no âmbito do clube Centro Português de Karaté que deu origem à Associação Desportiva Centro Português de Karaté, de que foi Presidente do seu Conselho Técnico.</p>
De 1966 até 1969	<p>Prática de Karaté na Academia de Budo, clube pertencente à União Portuguesa de Budo, onde começou em 1968 a dar aulas.</p>
De 1962 a 1965	<p>Prática de Judo no Judo Clube de Portugal sob a orientação do Mestre Henrique Nunes, <i>(na Rua Coelho da Rocha, em Campo de Ourique)</i>.</p>
<b>NÍVEL SEGUNDO A CLASSIFICAÇÃO NACIONAL OU INTERNACIONAL</b>	<p>17.11.2011 Cédula de Treinador Desportivo - Karaté - Grau II, emitida pela Secretaria de Estado do Desporto e Juventude – Instituto do Desporto de Portugal, I. P.</p>
	<p>28.08.2007 1º Dan de Qi Gong - Graduado em Fátima, pelo Dr. Toshihiko Yayama (não disponho do diploma).</p>
	<p>23.07.2000 Certificado de Habilitação Treinador de Nível 1 Federação Nacional de Karaté - Portugal e Carteira de Identificação de Treinador de Karaté.</p>
	<p>26.11.1995 5º Dan - Shaolin Mon Portugal - Graduado em Lisboa, pelo Mestre Kenji Tokitsu.</p>
	<p>20 a 29.05.1983 Curso de Treinadores de 3º Grau para Agentes de Ensino de Artes Marciais da Direcção Geral dos Desportos - Instituto Nacional dos Desportos.</p>
<b>APTIDÕES E COMPETÊNCIAS PESSOAIS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arquitecto com especialização em Arquitectura Ambiental - Conservação de Energia nos Edifícios.</li> <li>• Responsável técnico e pedagógico e professor da Ain Soph Aur – Academia de Artes Orientais.</li> <li>• Responsável técnico e pedagógico da Associação de Taiji e Qigong de Lisboa - ATQL.</li> <li>• Responsável pela estrutura pedagógica e técnica do primeiro cursos de Qigong realizado no âmbito da Ain Soph Aur – Academia de Artes Orientais no ano de 2008, com a duração de 105 horas, do qual foi um dos quatro professores.</li> <li>• Responsável pela estrutura pedagógica e técnica dos cinco cursos de Qigong realizados no âmbito da Ain Soph Aur – Academia de Artes Orientais de 2009 a 2013, com a duração de 40 horas cada, dos quais também foi um dos três professores</li> <li>• Responsável pela estrutura pedagógica e técnica dos cinco cursos de Taiji realizados no âmbito da Ain Soph Aur – Academia de Artes Orientais de 2009 a 2013, com a duração de 40 horas, cada dos quais também foi um dos três professores.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Responsável pela estrutura pedagógica e técnica do curso de Qigong realizado na época de 2014/2015 pela Associação de Taiji e Qigong de Lisboa - ATQL, com a duração de 40 horas, de que também foi um dos três professores.</li> <li>• Responsável pela estrutura pedagógica e técnica do curso de Taiji realizado na época de 2014/2015 pela Associação de Taiji e Qigong de Lisboa - ATQL, com a duração de 40 horas, de que também foi um dos três professores.</li> <li>• Os cursos de Qigong e de Taiji, realizados na época desportiva - 2014 / 2015, mereceram a creditação por parte do IPDJ - Instituto Português da Juventude e Desporto do MEC - Ministério da Educação e Cultura, para a atribuição de 8 créditos em cada um dos cursos respectivamente, para a renovação das Cédulas de Treinador Desportivo de Qigong e Taiji graus I, II, III e IV</li> </ul>
<b>LÍNGUA MATERNA</b>	Português.
<b>OUTRAS LÍNGUAS</b>	Francês e Inglês.
<b>APTIDÕES E COMPETÊNCIAS SOCIAIS</b>	
Desde 1969 até ao presente	Participou activamente na divulgação das Artes Marciais Orientais nomeadamente: Karaté, Kenjutsu, Iai-Do, Qi Gong e Tai Chi Chuan.
2007	Responsável pela revisão da tradução do Livro "Ki Healing" do <b>Dr. Toshihiko Yayama</b>  Ao longo dos anos organizou, dirigiu e participou em múltiplos workshops, seminários, estágios, cursos e demonstrações, escreveu artigos e proferiu palestras e conferências sobre Artes Marciais, nomeadamente em estabelecimentos de ensino oficial, visando, fundamentalmente a <b>importância do papel formativo que a prática do Qi Gong e do Tai Chi Chuan podem desempenhar na sociedade actual</b> , enquanto disciplinas que disponibilizam métodos pedagógicos práticos muito relevantes para o desenvolvimento humano global equilibrado.
<b>APTIDÕES E COMPETÊNCIAS DE ORGANIZAÇÃO</b>	
Até 1978	Desempenhou as funções de Presidente do Conselho Técnico da Associação Desportiva Centro Português de Karaté desde a sua fundação até 1978.
1983	Foi membro do Conselho Técnico da Comissão Directiva das Artes Marciais
Outubro de 1984	Foi director do <b>2º Curso de Treinadores do 3º grau para Agentes de Ensino de Artes Marciais - Formação Geral</b> , realizado pela Direcção Geral dos Desportos, Instituto Nacional dos Desportos.
De 1985 até 2010	Foi Presidente do Conselho Técnico da Escola Tradicional de Karatedo (ETK) desde a sua fundação em 1985 até à sua extinção em 2010.
De 1989 até 2008	Foi responsável técnico da Escola Internacional Tokitsu Ryu em Portugal.
De 2000 até ao presente	É o responsável técnico e pedagógico da Ain Soph Aur – Academia de Artes Orientais, que fundou em 2000, dedicada à divulgação e prática de disciplinas e cultura oriental.
8 de Maio de 2012	É sócio fundador e, desde a sua fundação, Presidente da Direcção e do Conselho Técnico da Associação de Taiji e Qigong de Lisboa – ATQL, criada em 08.05.2012.
De 2003 até ao presente	Organizou os 58 Workshops de um dia que se realizaram na Ain Soph Aur – Academia de Artes Orientais sob a orientação técnica do Mestre Li Naiguang.
De 2007 até ao presente	Organizou os 11 Retiros de fim de semana que se realizaram sob a orientação técnica do Mestre Li Naiguang.
De 2008 até ao presente	Organizou todos os 6 Retiros de uma semana cada que se realizaram em Agosto dos respectivos anos, sob a orientação técnica do Mestre Li Naiguang.
De 2008 até ao presente	Organizou técnica, pedagógica e burocraticamente os cursos de Qigong que se realizaram no âmbito da Ain Soph Aur – Academia de Artes Orientais e da Associação de Taiji e Qigong de Lisboa – ATQL. Organizou técnica, pedagógica e burocraticamente os cursos de Qigong que se realizaram no âmbito da Ain Soph Aur – Academia de Artes Orientais e da Associação de Taiji e Qigong de Lisboa – ATQL.
De 2009 a 2013	Organizou os cinco primeiros seminários da Arte Marcial Russa "SYSTEMA" em Portugal / Lisboa, dirigidos pelo Prof. António Lampreia, aluno directo de Vladimir Vasiliev.

PARTICIPAÇÃO EM PROVAS DESPORTIVAS	
De 1970 a 1978	<p>Participou em todos os campeonatos nacionais de karatê organizados até 1978 onde alcançou os primeiros lugares em kumité (combate) e em kata (forma).</p> <p>Em representação de Portugal participou nos Campeonatos Europeus nas classes de kumité individuais, kumité equipas e kata individuais.</p> <p>São de destacar a participação:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• No primeiro Campeonato Europeu de karatê Wado Ryu, Londres – Fevereiro de 1970;</li> <li>• No primeiro Campeonato Europeu da EAKF, Bruxelas - Setembro de 1970;</li> <li>• No Campeonato Europeu da EAKF, Bruxelas - Março de 1972;</li> <li>• No 2º campeonato mundial da World Union Karate Organization, Paris - Abril de 1972;</li> <li>• No Campeonato Europeu da EAKF, Milão, Outubro de 1972;</li> <li>• No Campeonato Europeu da EAKF, Londres – Setembro de 1973;</li> <li>• No Campeonato Europeu da EAKF, Milão - Maio de 1976, onde alcançou o 8º lugar em kata Individual .</li> </ul>
APTIDÕES E COMPETÊNCIAS TÉCNICAS	
	<p>Em seguida referem-se, de forma não exaustiva, ações de formação e de divulgação em que participou ao longo dos anos:</p> <p>1962 Iniciou a prática do Judo.</p> <p>1966 Iniciou a prática do karatê Shotokan na Academia de Budo da União Portuguesa de Budo.</p> <p>De 18 a 30 de Agosto de 1969 Participou no primeiro estágio de karatê realizado na Academia de Budo dirigido pelo Mestre Tetsuji Murakami.</p> <p>Fevereiro de 1970 Participou na primeira grande demonstração pública de karatê em Portugal (Lisboa -1970) com a presença de vários mestres japoneses de renome, destacando-se <b>Hironori Otsuka</b>, fundador do estilo Wado Ryu de Karatê e <b>Tatsuo Suzuki</b> então instrutor chefe deste estilo na Europa e com a presença do <b>General Eiichi Eriguichi</b> presidente da FAJKO (Federation All Japan Karatê Organization).</p> <p>Deslocou-se a Londres onde participou num estágio de Karatê Wado Ryu orientado por Hironóri Otsuka. Este estágio precedeu o 1º campeonato Europeu deste estilo que se realizou em 27 de Fevereiro no Royal Albert Hall, em que participou em representação nacional.</p> <p>Agosto de 1970 Em representação de Portugal, deslocou-se à Bélgica (La Louvière) onde participou em cursos e treinos com a Equipa Belga de Karatê, que antecederam a participação no primeiro campeonato europeu da European Amateur Karatê Federation, em Bruxelas.</p> <p>Janeiro de 1971 Participação no primeiro estágio de karatê Shotokan dirigido por um mestre japonês em Portugal - Satoshi Miyazaki</p> <p>Foi graduado 1º dan do estilo Shotokan pelo mestre Satoshi Miyazaki.</p> <p>Maio de 1971 Deslocou-se a Londres para participar num estágio internacional (de uma semana) do estilo Shotokan, que se realizou no Cristal Palace e que antecedeu os campeonatos europeus deste estilo, em que participou em representação de Portugal.</p> <p>10 de Junho de 1971 Participação e orientação da demonstração de Karatê que se realizou no Estádio Nacional no âmbito das comemorações do 10 de Junho.</p> <p>Agosto de 1971 Participação no estágio internacional dirigido por Satoshi Miyazaki que se realizou na Casa da Mocidade, com a participação de elementos da Equipa Belga de Karatê</p> <p>Novembro de 1971 Participação no estágio internacional dirigido por Kato que se realizou na Casa da Mocidade, em Lisboa</p> <p>Setembro de 1972 Participou num estágio de 15 dias dirigido por H. Kanazawa realizado na Casa da Mocidade Portuguesa. Neste estágio o Mestre H. Kanazawa realizou uma demonstração de Tai Chi Chuan.</p>

Setembro de 1973	Deslocou-se a Londres onde participou num estágio internacional do estilo Shotokan, de uma semana, que se realizou no Cristal Palace. No final deste estágio <b>realizou com êxito o exame para 2º Dan.</b> A seguir a este estágio participou em representação de Portugal nos Campeonatos Europeus da EAKF.
Outubro de 1973	Participação num estágio realizado no Porto dirigido por Satoshi Miyazaki.
Maio de 1976	Em Milão, foi nomeado pelo mestre Taji Kase <b>árbitro Internacional da classe B</b> da European Amateur Karaté Federation (EAKF).
Abril de 1976	Estágio com M. Nakayama, instrutor chefe da Japan Karate Association.
De 1970 a 1979	Participou em todos os estágios técnicos realizados pela Associação Desportiva Centro Português de Karate (ADCPK), orientados pelos Mestres Japoneses Kanazawa, K. Enoeda, Tomita, Kavazowe (Karaté – Do / Shotokan), alguns dos quais estão referidos nos pontos anteriores.
De 1984 a 1989	Participou em diversos estágios orientados pelos Mestres Japoneses Hahara, K. Enoeda (Estilo Shotokan), Harada ( Estilo Shotokai) e Yorga ( Mestre Yugoslavo – Estilo Shotokan).
De 1974 a 2001	Orientou e participou em todas as demonstrações e estágios organizados pela Secção de Karaté – Do, do Ginásio Clube Português (GCP), nomeadamente os Saraus de Gala do GCP.
De 1985 a 2008	Na qualidade de Presidente do Conselho Técnico, orientou todos os estágios e demonstrações realizados pela Escola Tradicional de Karatedo (ETK)
De 1989 a 2008	Participou em todos os estágios organizados pela ETK (3 vezes por ano) orientados pelo Mestre Kenji Tokitsu e por discípulos seus (Karaté - Do Shaolin-Mon / Jisei Budo / Tokitsu - Ryu e Qi Gong (Kikô) / Tai Chi Chuan e Dança da Energia, desde Maio de 1989 até Dezembro de 2008.
02 a 09.12.1989	Deslocou-se a Paris, por convite do Mestre Kenji Tokitsu, para um período de actualização, no seu Dojo privado e num Ginásio Municipal, tendo participado nas disciplinas Shaolin – Mon Karaté - Do e Qi Gong (Kikô) / Tai Chi Chuan (estilo Chen e Forma de Síntese).
26 de Março 1994	Participou no Grande Estágio de Kung-Fu Shaolin orientado pelo <b>Dr. Yang Jwing Ming.</b>
Março de 1995	Participou no estágio de kenjutsu da escola <b>Komagawa Kaishin Ryu</b> que decorreu no Ginásio Clube Português, orientado por Bernard Lello e Maurice Fhima.
Agosto 1995	Estágio de Kenjutsu, Iai Do e Jisei Budo, de uma semana na Suíça, com os Mestres Kenji Tokitsu e <b>Tetsuzan Kuroda.</b>
Fevereiro de 1996	Participou no estágio de Jise Budo que decorreu no Ginásio Clube Português, orientado por Maurice Fhima e Philippe Terrazoni
Julho de 1998	Deslocou-se a Paris, onde participou num estágio Internacional de 12 horas de Qi Gong (Kikô), orientado pelo <b>Dr. Toshihiko Yayama</b> (autor do livro “Ki Healing”).
Maio de 1999	Deslocou-se a Paris, onde participou num estágio Internacional de 12 horas de Qi Gong (Kikô), orientado pelo <b>Dr. Toshihiko Yayama.</b>
23 de Outubro de 1999	Participou no <b>III Festival de Artes Marciais</b> Japonesas promovido pela Associação de Amizade Portugal – Japão.
Desde 1999 até ao presente	Dirige o grupo de professores de que faz parte com José Manuel Cordeiro Martins, Maria Amélia Lima Bulhão Pato e João Manuel dos Santos Faustino, que leccionam Qi Gong e Tai Chi Chuan, junto à Torre de Belém (treinos ao ar livre, gratuitos, aos Domingos das 10H00 às 12H00, aulas que funcionam ininterruptamente até ao presente).
21, 22 e 25 de Abril de 2001	Participou no Seminário de Tai Chi Orientado pelo Mestre Fu Shen Yuan organizado pela Associação Portuguesa de Wu Shu.
Julho de 2001	Deslocou-se a Paris, onde participou num estágio Internacional de 12 horas de Qi Gong (Kikô), orientado pelo Dr. Toshihiko Yayama.
Agosto de 2001	<b>Deslocou-se ao Japão com o mestre Kenji Tokitsu onde participou nos dois primeiros estágios de Jisei Budo que se realizaram naquele país.</b> O primeiro em Tokyo e o segundo em Fukuoka. Participou e organizou o estágio dirigido pelo Mestre Puwan Liang (discípulo de Lei Muni) de Tai Chi Chuan (Estilo Chen), na Ain Soph Aur - Academia de Artes Orientais, em Lisboa.
Maio de 2002	Deslocou-se a Paris, onde participou num estágio Internacional de 12 horas de Qi Gong (Kikô), orientado pelo <b>Dr. Toshihiko Yayama.</b>

14, 15 e 16 de Fevereiro de 2003	Participou no I Curso Intensivo – “O Tao da Respiração Central”, que decorreu na Ain Soph Aur, em Lisboa, dirigido por <b>Marco Villagra</b> .
4, 5 e 6 de Abril de 2003	Participou no II Curso Intensivo – “O Tao da Respiração Central”, que decorreu na Ain Soph Aur, em Lisboa, dirigido por <b>Marco Villagra</b> .
2 e 3 de Agosto de 2003	Participou no “Curso intensivo de Tai Chi Chuan: “preparação ao Tui-shou e aplicações” dirigido por Juan Carlos Boly da <b>Escola Internacional Ma Tsun Kuen de Tai Chi Chuan</b> .
Agosto de 2006	Deslocou-se a Bilbao para participar num estágio Internacional de 12 horas de Qi Gong (Kikô), orientado pelo <b>Dr. Toshihiko Yayama</b> .
19 de Novembro de 2006	Participou no <b>4º Congresso Internacional de Medicina e Terapia Oriental</b> , com uma conferência técnica e demonstrativa.
27 a 30.08.2007	Participou e foi responsável pela organização do <b>1º Grande Seminário Internacional de Qi Gong (Kikô), “A Cura pelo Chi”</b> , em Fátima, dirigido pelo Dr. Toshihiko Yayama e Mestre Kenji Tokitsu.
Dezembro de 2008	Por opção própria desligou-se da prática da Escola Tokitsu - Ryu, com o Mestre Kenji Tokitsu.
De Março e 2009 a Março de 2013	Organizou e participou nos cinco primeiros seminários da Arte Marcial Russa “SYSTEMA” em Portugal / Lisboa, dirigidos pelo Prof. António Lampreia, aluno directo de Vladimir Vasiliev.
6,7 e 8 de Novembro de 2009	Deslocou-se à Suíça, Berna, onde participou num seminário de Arte Marcial Russa “SYSTEMA” dirigido por <b>Vladimir Vasiliev</b> .
Desde 2003	Até ao presente tem recebido formação contínua em Qi Gong e Tai Chi Chuan do <b>Mestre Li Naiguang</b> nas aulas semanais às 3 <sup>as</sup> e 5 <sup>as</sup> feiras em Santarém (3 horas cada), e, <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nos 58 Wrkshops mensais (1 dia – 06H00).</li> <li>- Nos 9 Retiros de fim-de-semana realizados no Seminário de Torre d’Aguilha, em Carcavelos.</li> <li>- Nos 6 Retiros de uma semana realizados em Fátima.</li> </ul> <b>Organizados pela Ain Soph Aur - Academia de Artes Orientais.</b>
06 a 08 de Junho de 2014	Participou na Formação de 15 horas de Health Qigong, realizada pela Federação Portuguesa de Artes Marciais Chinesas FPAMC, em Matosinhos, orientada pelos Mestres Mr. Xian Hanping e Ms. Yu Lingling da CHQA - Chinese Health Qigong Association.