

INSTRUCTORADO CHI KUNG

Programa 2017 - Nivel Inicial

● Aspectos Específicos Prácticos

SISTEMA DE CALISTENIA
POSICIONES ESTÁTICAS I
SISTEMA ENTRENAMIENTO TAI CHI CHI KUNG
SISTEMA ZHI NENG I
SISTEMA WU DANG I
RESPIRACIÓN BUDISTA
INTRODUCCIÓN A LA RESPIRACIÓN TAOÍSTA

● Aspectos Específicos Teóricos

INTRODUCCIÓN AL CHI KUNG
CONCEPTOS BÁSICOS DEL CHI KUNG
IMPORTANCIA DE LA CALISTENIA
RESPIRACIONES REGULADAS
POSICIONES ESTÁTICAS 1 Y 2.
PRINCIPIOS BÁSICOS DEL ENTRENAMIENTO CHI KUNG PARTE 1 Y 2
LA ENERGÍA INTELIGENTE: ZHI NENG I
EL SISTEMA TRADICIONAL DE LAS MONTAÑAS: WU DANG QI GONG I
INTRODUCCIÓN AL QI, YIN YANG Y 5 ELEMENTOS

● Bibliografía Específica

MOVIMIENTOS PARA LA FELICIDAD, DR. REQUENA, I VES
LA GIMNASIA DE LA ETERNA JUVENTUD, DR. REQUENA Y VES
LA RAÍZ DEL CHI JUNG CHINO. SECRETOS DEL ENTRENAMIENTO EN CHI KUNG,
DR. YANG, JWING-MING
LA ESENCIA DEL TAIJI QIGONG, DR. YANG, JWING-MING
SECRETOS DE LA ENERGÍA INTELIGENTE, SOBRE ENSEÑANZAS DEL DR. PANG HE MING

● Bibliografía Complementaria

LA PUERTA A LO MILAGROSO. EXPLORACIONES ADICIONALES EN EL TAO
DE CHENG MAN-CHING, LOWENTHAL, WOLFE
MEDICINA TRADICIONAL CHINA, SCHWARZ, MARIO
LA PRÁCTICA DE LA CONCENTRACIÓN, DESHIMARU, TAISEN
QI GONG, EL SECRETO DE LA JUVENTUD, DR. YANG, JWING-MING
BIOENERGÉTICA, DR. LOWEN, ALEXANDER

*** Para más información:**

Cel: 011 15 6056 5278 | Tel: 011 206 18412

E-mail: info@espaciodeva.com.ar / espaciodeva@gmail.com

Ángel Carranza a mts. de Av. Santa Fe - Palermo - CABA.