

## INSTRUCTORADO CHI KUNG

Programa 2018 - Nivel Inicial

### ● Aspectos Específicos Prácticos

SISTEMA DE CALISTENIA  
LAS 6 POSICIONES DE MEDITACIÓN ESTÁTICA DE WU DANG  
SISTEMA ENTRENAMIENTO TAI CHI CHI KUNG – SERIE TORSIONES  
SISTEMA ZHI NENG - FORMA DE FUSIÓN DE LOS TRES CENTROS  
WU QIN XI – EL JUEGO DE LOS 5 ANIMALES  
RESPIRACIÓN BUDISTA  
INTRODUCCIÓN A LA RESPIRACIÓN TAOÍSTA

### ● Aspectos Específicos Teóricos

INTRODUCCIÓN Y CONCEPTOS BÁSICOS DEL CHI KUNG  
IMPORTANCIA DE LA CALISTENIA  
RESPIRACIONES REGULADAS  
PRINCIPIOS BÁSICOS DEL ENTRENAMIENTO CHI KUNG  
POSICIONES ESTÁTICAS DE MEDITACIÓN DE LAS MONTAÑAS WU DANG  
EL WU QIN XI DEL DR. HUA TUO – EL JUEGO DE LOS 5 ANIMALES  
LA ENERGÍA INTELIGENTE: ZHI NENG – LA FORMA DE FUSIÓN DE LOS 3 CENTROS  
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  
WU QIN XI – QI GONG CHINO PARA LA SALUD - COMPILACIÓN

### ● 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](mailto:info@espaciodeva.com.ar) / [espaciodeva@gmail.com](mailto:espaciodeva@gmail.com)**

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