

INSTRUCTORADO CHI KUNG

Programa 2019 - Nivel Inicial

● Aspectos Específicos Prácticos

SISTEMA DE CALISTENIA
POSICIONES ESTÁTICAS WU JI Y TAI JI
LAS 8 PIEZAS DEL BROCADO – BA DUAN JIN
SISTEMA TAOISTA WU DANG II
SISTEMA ZHI NENG - FORMA DE ELEVACIÓN Y VERTIDO DEL CHI
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
SISTEMA DE ENTRENAMIENTO DE LAS MONTAÑAS WU DANG
EL CLÁSICO DE CHI KUNG/QI GONG – BA DUAN JIN
LA ENERGÍA INTELIGENTE: ZHI NENG – LA FORMA DE ELEVACIÓN Y VERTIDO DEL CHI
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.
BA DUAN JIN, QI GONG CHINO PARA LA SALUD - COMPILACIÓN.

● Bibliografía Complementaria

MEDICINA TRADICIONAL CHINA, SCHWARZ, MARIO.
LA PRÁCTICA DE LA CONCENTRACIÓN, DESHIMARU, TAISEN.
QI GONG, EL SECRETO DE LA JUVENTUD, DR. YANG, JWING-MING.
CHI KUNG CRISTIANO, PETER YANG Y JOSE MARÍA PRAT.
CHI KUNG - EL CAMINO DE LA ENERGÍA, LAM KAM CHUEN.
WU QIN XI, EL JUEGO DE LOS 5 ANIMALES.
ZA ZEN, KATSUKY SEKIDA.
BIOENERGÉTICA, DR. LOWEN, ALEXANDER.
PENSAMIENTOS EXTRAORDINARIOS, BRUCE LEE.
LA PUERTA A LO MILAGROSO. EXPLORACIONES ADICIONALES EN EL TAO DE
CHENG MAN-CHING, LOWENTHAL, WOLFE.

* 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.