

MONITOR TAI CHI - CHI KUNG

Programa 2018

● Aspectos Específicos Prácticos

- 1) SISTEMA CHI KUNG: SHI BA SHI (LAS 18 TERAPIAS)
- 2) ENTRENAMIENTO TAI CHI - CHI KUNG: SISTEMA DE ONDULACIONES
- 3) FORMA YANG CORTA DE TAI CHI: SECUENCIA DE 8 MOVIMIENTOS

● Aspectos Complementarios Prácticos

CALISISTENIA.
POSICIÓN ESTÁTICA WU JI.
CAMINATA BÁSICA DE TAI CHI.
POSTURAS BÁSICAS DE TAI CHI.
RESPIRACIÓN QI GONG.

● Aspectos Específica Teóricos

CONCEPTOS BÁSICOS DE CHI KUNG Y TAI CHI CHUAN.
PRINCIPIOS BÁSICOS DEL ENTRENAMIENTO CHI KUNG.
LOS 10 PRINCIPIOS ESENCIALES DEL TAI CHI CHUAN.
ASPECTOS TERAPÉUTICOS DEL TAI CHI CHUAN.

● Bibliografía Específica

LA ESENCIA DEL TAIJI QIGONG, DR. YANG, JWING-MING.
NO HAY SECRETOS. EL PROFESOR CHENG MAN-CHING Y SU TAI-CHI CHUAN,
LOWENTHAL, WOLFE.
QI GONG - LA GIMNASIA DE LA ETERNA JUVENTUD, DR. REQUENA Y VES.

● Bibliografía Complementaria

EL ARTE DE LA ARMONÍA, CHENG MAN-CHING.
LA PUERTA A LO MILAGROSO. EXPLORACIONES ADICIONALES EN EL TAO DE
CHENG MAN-CHING, LOWENTHAL, WOLFE.
MOVIMIENTOS PARA LA FELICIDAD, DR. REQUENA, I VES.
LA RAÍZ DEL CHI JUNG CHINO. SECRETOS DEL ENTRENAMIENTO EN CHI KUNG,
DR. YANG, JWING-MING.
TAI CHI. EL FUNDAMENTO SUPREMO, GALANTE, LAWRENCE.
TAIJIQUAN, LIANG SOU-YU Y WU WEN-CHING.
TAI CHI PARA TODOS, OLSON, STUART ALVE.
QI GONG, EL SECRETO DE LA JUVENTUD, DR. YANG, JWING-MING.

*** 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.