



INSTRUCTORADO CHI KUNG – NIVEL INICIAL

ESPACIO DEVA

PROGRAMA DE ESTUDIO

ASPECTOS ESPECÍFICOS PRÁCTICOS

SISTEMA DE CALISTENIA

SISTEMA ENTRENAMIENTO TAI CHI CHI KUNG – SERIE TORSIONES

SISTEMA WU QIN XI – EL JUEGO DE LOS 5 ANIMALES

SISTEMA DE ENTRENAMIENTO CON POSTURAS ESTÁTICAS WU JI Y TAI JI

SISTEMA ZHI NENG QI GONG - FORMA DE ELEVACIÓN Y VERTIDO DEL CHI

PRÁCTICA DE RESPIRACIÓN BUDISTA

INTRODUCCIÓN A LA RESPIRACIÓN TAOÍSTA

ASPECTOS ESPECÍFICOS TEÓRICOS

INTRODUCCIÓN Y CONCEPTOS BÁSICOS DEL CHI KUNG

IMPORTANCIA DE LA CALISTENIA

MOVIMIENTOS ESPIRALADOS PARA LA PRÁCTICA DE TORSIONES

RESPIRACIONES REGULADAS

PRINCIPIOS BÁSICOS DEL ENTRENAMIENTO CHI KUNG

POSICIONES ESTÁTICAS

EL WU QIN XI DEL DR. HUA TUO – EL JUEGO DE LOS 5 ANIMALES

LA ENERGÍA INTELIGENTE: ZHI NENG QI GONG – FORMA DE ELEVACIÓN Y VERTIDO DEL CHI

INTRODUCCIÓN AL QI, YIN YANG Y 5 ELEMENTOS

BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA

LA GIMNASIA DE LA ETERNA JUVENTUD, DR. REQUENA Y VES

LA ESENCIA DEL TAIJI QIGONG, DR. YANG, JWING-MING

LA RAÍZ DEL CHI JUNG CHINO. SECRETOS DEL ENTRENAMIENTO EN CHI KUNG, 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

MOVIMIENTOS PARA LA FELICIDAD, DR. REQUENA, I VES

LA PRÁCTICA DE LA CONCENTRACIÓN, DESHIMARU, TAISEN

QI GONG, EL SECRETO DE LA JUVENTUD, DR. YANG, JWING-MING

BIOENERGÉTICA, DR. LOWEN, ALEXANDER

CHI KUNG CRISTIANO, PETER YANG Y JOSE MARÍA PRAT

CHI KUNG - EL CAMINO DE LA ENERGÍA, LAM KAM CHUEN

ZA ZEN, KATSUKY SEKIDA

MEDICINA TRADICIONAL CHINA, SCHWARZ, MARIO

MEDICINA CHINA, IVES REQUENA