

INSTRUCTORADO CHI KUNG

Programa 2021 - Nivel Inicial

● Aspectos Específicos Prácticos

SISTEMA DE CALISTENIA
SISTEMA ENTRENAMIENTO TAI CHI CHI KUNG – SERIE TORSIONES
SISTEMA ZHI NENG QI GONG - FORMA DE ELEVACIÓN Y VERTIDO DEL CHI
SISTEMA WU QIN XI – EL JUEGO DE LOS 5 ANIMALES
SISTEMA DE ENTRENAMIENTO CON POSTURAS ESTÁTICAS WU JI Y TAI JI
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

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 PRÁCTICA DE LA CONCENTRACIÓN, DESHIMARU, TAISEN
QI GONG, EL SECRETO DE LA JUVENTUD, DR. YANG, JWING-MING
BIOENERGÉTICA, DR. LOWEN, ALEXANDER
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

* Para más información:

Cel: 011 15 6056 5278

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

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