



## **CURSO VIRTUAL MONITOR TAI CHI - CHI KUNG**

### **Programa de Estudio**

#### **ASPECTOS ESPECÍFICOS PRÁCTICOS**

- 1) SISTEMA TAI CHI CHI KUNG: SHI BA SHI (LAS 18 TERAPIAS) (8 VIDEOS)
- 2) SISTEMA DE CALISTENIA (1 VIDEO)
- 3) POSICIÓN ESTÁTICA WU JI (1 VIDEO)
- 4) POSICIÓN ESTÁTICA TAI JI (1 VIDEO)

#### **ASPECTOS ESPECÍFICOS TEÓRICOS**

(CLASES EN FORMATO POWER POINT CON AUDIO EXPLICATIVO)

- 1) SEMEJANZAS Y DIFERENCIAS ENTRE TAI CHI CHUAN Y CHI KUNG
- 2) ¿QUÉ ES EL CHI KUNG?
- 3) LOS 10 PRINCIPIOS ESENCIALES DEL TAI CHI CHUAN
- 4) CALISTENIA

#### **ENLACES CON CHARLAS COMPLEMENTARIAS**

- 1) RESPIRACIONES PARA TAI CHI CHUAN Y CHI KUNG
  - 2) LAS REGLAS DORADAS PARA LA PRÁCTICA
  - 3) SEMEJANZAS Y DIFERENCIAS ENTRE TAI CHI CHUAN Y CHI KUNG
-



Espacio Deva | Palermo, C.A.B.A. | +54 11 6056 5278 [www.espaciodeva.com.ar](http://www.espaciodeva.com.ar)  
| [info@espaciodeva.com.ar](mailto:info@espaciodeva.com.ar) **ESPACIO DEVA**

## **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
- ✦ LA RAÍZ DEL CHI JUNG CHINO. SECRETOS DEL ENTRENAMIENTO EN CHI KUNG, DR. YANG, JWING-MING

## **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
- ✦ TAI CHI. EL FUNDAMENTO SUPREMO, GALANTE, LAWRENCE
- ✦ QI GONG - LA GIMNASIA DE LA ETERNA JUVENTUD, DR. REQUENA Y VES
- ✦ TAIJIQUAN, LIANG SOU-YU Y WU WEN-CHING
- ✦ TAI CHI PARA TODOS, OLSON, STUART ALVE
- ✦ TAI CHI CHUAN, SWARTZ, MARIO
- ✦ QI GONG, EL SECRETO DE LA JUVENTUD, DR. YANG, JWING-MING
- ✦ TAI CHI CHUAN. UN CAMINO HACIA LA SALUD Y LA ARMONIA, TARRAGO, FERRAN