

ESGRIMA DE TAICHI · ESTILO YANG ·



El resplandor de mi espada traspasará las nubes
Caligrafía del General Li Jing Li, apodado el mago de la espada.

La esgrima de taiji, es sutil, precisa, suave y armónica. La caligrafía recoge sobre el papel su reflejo. El arte de la esgrima cultiva la energía y afina el espíritu del practicante.

SEMINARIO DE APRENDIZAJE DE LA FORMA DE ESGRIMA YANG DE 32 MOVIMIENTOS

La forma de esgrima de 32 movimientos de Tai Chi del estilo Yang fue publicada por la Comisión Estatal de Cultura Física y Deporte de China en el año 1957, con el objeto de que el arte de la esgrima de Tai Chi alcanzara una mayor difusión a toda la población gracias a la reducción del número de técnicas básicas que facilitan el aprendizaje. Recoge 13 técnicas básicas de la forma tradicional de espada de la familia Yang: pinchar (Dian), reconducir (Dai), estocar (Ci), tajar (Pi), cortar estirando hacia atrás (Chou), barrer (Sao), cortar estirando hacia arriba (Liao), bloquear (Lan), desviar enganchando hacia atrás (Gua), interceptar (Jie), desviar horizontalmente hacia arriba (Tuo), golpear (Ji) y cortar deslizando horizontalmente (Mo). Incluye 7 posiciones (Bu Xing): paso de arco (Gongbu), paso vacío (Xubu), paso agachado (Pubu), posición sobre una pierna (Dulibu), dos pies juntos (Bingbu), paso en T (Dingbu) y paso de arco lateral (Cegongbu) y 10 tipos de desplazamientos.

Estudio de la biomecánica del movimiento y de la dinámica de la energía. Se aprenden los movimientos encadenados con sus correspondientes aplicaciones marciales que se entrenan individualmente y en pareja. En el seminario se entrega cuaderno de apuntes donde se recogen los principios básicos, las ilustraciones de los movimientos y el VCD de la forma. Se expide Certificado de Asistencia.

Requisito indispensable: Conocimientos básicos de Tai Chi con mano vacía (formas básicas de 8 o 24 movimientos o de escuelas tradicionales). Aportar espada. La organización puede facilitar la espada china "jian" de doble filo.

Imparte el curso Núria Leonelli, Directora y Profesora de la escuela de Taijiquan y Qigong Bcn wushu guan, 2º Dan en Wushu (RFJYDA). Autora de los libros "Tai Chi Chuan, calidad de vida, arte de Longevidad" y "Chi Kung, fisioterapia para el bienestar emocional y mental" de Pàpa Ediciones.

Núria Leonelli se ha especializado en las formas de Tai Chi Chuan contemporáneo que ha perfeccionado siguiendo un programa de formación en la Shanghai University of Sport, China.

Lugar: Bcn wushu Guan

Sala de la Perfecta Armonía
Sant Gervasi de Cassoles
08022 Barcelona

Fechas: Sábados 25 de Octubre y 29 de Noviembre del 2008



Horario: mañana de 10 a 11,30 y de 12 a 13,30
Tarde de 16 a 17,30 y de 18 a 19,30
Total: 12 horas lectivas + descansos

Organiza: ClubCasaAsia www.casaasia.es/club club@casaasia.es Tel. 93 368 08 36

Colabora: escuela de Tai Chi Chuan y Chi Kung: **Bcn wushu guan**

Contacto: 93 212 47 05 • wushu.bcn@gmail.com

Mínimo 10 • Máximo 18 personas

Precio: 120€ Socios ClubCasaAsia
Socios Bcn wushu guan
Suscriptores Revista Tai Chi Chuan
Mayores de 60 años
Menores de 25 años
155€ Resto

Inscripción:

La inscripción se puede hacer por correo electrónico (club@casaasia.es) o por teléfono (93 368 08 36) **antes del 10 de Octubre 2008**. También puede presentarla directamente en InfoAsia, Av. Diagonal, 373, de lunes a viernes de 10.00 h a 14.00 h y de 16.00 h a 20.00 h o por correo a la dirección siguiente:

InfoAsia
Av. Diagonal, 373
08008 Barcelona

El importe del curso deberá abonarse una semana antes del inicio del curso en la cuenta corriente número 2100 3000 12 2201721286 de La Caixa de Pensions, a nombre del curso y de ClubCasaAsia. A continuación, se deberá enviar a Casa Asia (fax 93 368 03 33) una copia del resguardo del ingreso o transferencia junto con el número de DNI y nombre de la persona que asistirá al curso.

ClubCasaAsia se reserva el derecho de cancelar cualquier curso en caso de no alcanzarse un mínimo de alumnos inscritos. Las fechas y horarios propuestos son susceptibles de variación.



Bcn wushu guan®
tai chí chuan y chí kung



ASIA, AQUÍ Y AHORA