

TALLER DE TAI-CHI

LES 10 POSTURES DE L'ESTIL CHEN

(陳式)+ WUJI 無極,



*"Unir cos i ment en un conjunt del qual no puguin dissociar-se.
Equilibrar el Qi fins a fer-se tan harmònic com el d'un nouvat.
Purificar la visió interna fins a alliberar-la de tot vici ..., aquesta és la Gran Virtut".*

Dao de Jing (Capítol 10: La Gran Virtud.)

L'Estil **Chen** del Tai-txi es diu que és dels més antics de la Xina, va assimilar l'essència d'altres estils tradicionals de lluita incorporant les teories tradicionals filosòfiques i de **cultiu de la salut i el cultiu intern Taoista xiu lian-** (修煉), així com la circulació del Qi (energia interna), la teoria del tai-txi del yin i yang o dels cinc elements. La finalitat en la forma de tai-txi és arribar a l'estat de Wuji.

Per a poder entrar en la forma de Tai-txi, primer cal practicar la forma bàsica **Wuji**.

Segons algunes tradicions més antigues **Wuji- Es basa en la concepció filosòfica Taoista de l'origen de l'univers abans de la seva materialització on existia un estat de buit total, sense moviment, sense temps.**

Lloc: "**Jardins Príncep de Girona**" C/ Marina esquina Trav. de Gràcia

Dijous: 5, 12, 19, 26 del mes de juliol de les 19:30 a les 20:30.

Impartit per: **Eulàlia Framis Montoliu.**

Formada en arts marcial internes: Tai-txi, Qigong, a l'Institut de Qigong de Barcelona i a Is-Zen-Center Lotus Lake Ville. Texas. USA. Deixeble del Mestre Mao

Inscripcions abans del 30 de juny: info@nexesalut.es

Precio curso: 35€