

TALLER DE TAI-CHI

LAS 10 POSTURAS DEL ESTILO CHEN (陳式)+ WUJI 無極,



*“Unir cuerpo y mente en un conjunto del que no puedan disociarse.
Equilibrar el Qi hasta hacerlo tan armónico como el de un recién nacido.
Purificar la visión interna hasta dejarla libre de todo vicio..., esta es la Gran Virtud”.*

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

El *Estilo Chen* del Tai-chi se dice que es de los mas antiguos de china, asimiló la esencia de otros estilos tradicionales de lucha incorporándoles las teorías tradicionales filosóficas y de cultivo de la salud y el cultivo interno *Taoista xiu lian-* (修煉), así como la circulación del Qi (energía interna), la teoría del tai-chi del yin y yang o de los cinco elementos. La finalidad en la forma de tai-chi es llegar al estado de Wuji.

Para poder entrar en la forma de Tai-chi, primero es necesario practicar la forma básica *Wuji*.

Según algunas tradiciones mas antiguas *Wuji- Se basa en la concepción filosófica Taoista del origen del universo antes de su materialización donde existía un estado de vacío total, sin movimiento, sin tiempo.*

Lugar: “*Jardins Princep de Girona*” C/ Marina esquina Trav. de Gràcia

Jueves: 5, 12, 19, 26 del mes de julio de las 19:30 a las 20:30.

Impartido por: **Eulàlia Framis Montoliu.**

Formada en artes marciales internas: Tai-chi, Qigong, en el Instituto de Qigong de Barcelona y en Is-Zen-Center Lotus Lake Ville. Texas. USA. Discípula del Maestro Mao

Inscripciones antes del 30 de junio: info@nexesalut.es

Precio curso: 35€