

PROGRAMA DE FORMACIÓN DE PROFESORES

QI GONG

¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

- A CUALQUIERA INTERESADO EN CONOCER, Y PRACTICAR EN PROFUNDIDAD ESTA DISCIPLINA.

- SI NO PUEDES ASISTIR A CLASES DURANTE LA SEMANA Y TE INTERESA LA PRÁCTICA DEL QI GONG.

- SI DESEAS UNA FORMACIÓN COMO PROFESOR, SERIA Y RECONOCIDA POR EL CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES A TRAVES DE LA FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE LUCHAS Y AVALADA POR LA FUNDACIÓN HUN YUAN ESPAÑA.

FORMACIÓN

SE ESTRUCTURA EN MÓDULOS INDEPENDIENTES DE UN SÁBADO AL MES. PUDIENDO DE ESTA FORMA INCORPORARTE AL CURSO EN CUALQUIER MOMENTO HASTA QUE COMPLETES LA FORMACIÓN.



676 555 191

INFOWUTAN@GMAIL.COM

 @CentroWutan



- A CUALQUIER PERSONA INTERESADA EN CONOCER Y PRACTICAR EN PROFUNDIDAD ESTA DISCIPLINA.
- A AQUELLOS PRACTICANTES QUE NO PUEDEN ASISTIR A CLASES DURANTE LA SEMANA O QUE DESEEN PROFUNDIZAR EN LA PRÁCTICA.

NO ES NECESARIA EXPERIENCIA PREVIA.

¿QUIÉN LO IMPARTE?

JOSÉ FRANCISCO LORENZO, DIRECTOR DEL CENTRO WUTAN TENERIFE, DISCÍPULO DIRECTO DEL MAESTRO PEDRO VALENCIA, REPRESENTANTE DEL LINAJE DEL ESTILO HUN YUAN, ENTRENADOR NACIONAL NIVEL II Y CINTURÓN NEGRO 2º DAN EN HUN YUAN NEIGONG, CON MÁS DE VEINTICINCO AÑOS DE EXPERIENCIA EN LA PRÁCTICA Y ENSEÑANZA DE TAIJI QUAN Y QI GONG.

TITULACIONES

LA REALIZACIÓN CON APROVECHAMIENTO DE ESTA FORMACIÓN CAPACITA PARA OPTAR A LA TITULACIÓN DE MONITOR/A EN NEI GONG QI GONG, EXPEDIDA POR LA FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE LUCHAS OLÍMPICAS Y DISCIPLINAS ASOCIADAS (FELUCHA) Y RECONOCIDA POR EL CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES, PREVIA SUPERACIÓN DE LOS EXÁMENES CONVOCADOS POR DICHA FEDERACIÓN A TAL EFECTO.

ESTRUCTURA Y DURACIÓN DE LA FORMACIÓN

LA FORMACIÓN SE ESTRUCTURA EN MÓDULOS INDEPENDIENTES, QUE SE IMPARTEN DE FORMA ININTERRUMPIDA EN CICLOS DE DOS AÑOS, UN SÁBADO AL MES, DE OCTUBRE A JULIO, EN HORARIO DE 10:00 A 14:30, SALVO LOS MESES QUE HAY CURSO DEL MAESTRO PEDRO VALENCIA.

ESTE SISTEMA PERMITE:

- LA INCORPORACIÓN EN EL MOMENTO QUE SE DESEE.
- LA ELECCIÓN DEL PLAZO PARA COMPLETAR LA FORMACIÓN.
- EN EL CASO DE PERSONAS QUE NO ESTÉN INTERESADOS EN LA TITULACIÓN, O PARA AQUELLAS QUE CONSIDEREN QUE TODAVÍA NO HAN ALCANZADO EL NIVEL ADECUADO EN ALGUNA MATERIA OBJETO DE EXAMEN, LA POSIBILIDAD DE ASISTIR SOLO A DETERMINADOS SEMINARIOS.



EL OBJETIVO DE ESTE PROGRAMA ES MOSTRAR DE FORMA EMINENTEMENTE PRÁCTICA UN MÉTODO CORRECTO PARA CONOCER Y SABER DIFERENCIAR LOS DISTINTOS SISTEMAS DE QI GONG Y ADQUIRIR DOMINIO DE LOS MOVIMIENTOS MECÁNICOS Y ENERGÉTICOS DE NUESTRO ESTILO, CHEN SHI XIN YI HUN YUAN TAIJI QUAN, PARA PODER UTILIZARLOS COMO PRÁCTICA PERSONAL O PARA DAR CLASE.

EN EL ÁMBITO TEÓRICO SE SEGUIRÁ EL LIBRO “MANUAL DE CONCEPTOS BÁSICOS PARA EL ESTUDIO DEL HUN YUAN TAICHI CHUAN”, MÁS LOS MATERIALES QUE SE ENTREGARÁN CON CONTENIDO EXTRA SOBRE CADA MATERIA.

TEMARIO DE FORMACIÓN

<p>PRÁCTICA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.- WUJI ZHUANG-MAPU* 2 - UNIFICAR LOS TRES SENTIDOS 3 - RESPIRACIÓN ESPINAL* 4 - RESPIRACIÓN DE HUESOS 5 - HUN YUAN QI GONG* 6 - CHAN SY GONG* 7 - FANG SONG GONG* 8 - TAI LI GONG* 9 - BASTONES CORTOS DE HUN YUAN TAIJI ZHI Y TAIJI PONG 10 - TAOIN 11 - QI GONG DE LA ARMONIA 12 - QI GONG DE LOS 5 ELEMENTOS 13 - RESPIRACIÓN DE RIÑONES 14 - LAS TRECE BASES* 15 - AUTOMASAJE* 16 - 9 ESTRUCTURAS. SEIS CONJUNCIONES 17 - FORMA DE LOS 5 ELEMENTOS 18 - FLEXIBILIDAD Y MOVILIDAD BÁSICA 19 - PRE-EXAMEN* 20 - CURSO CON EL MAESTRO PERRO VALENCIA* 	<p>TEORÍA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 - DEFINICIÓN Y PRINCIPIOS 2 - PAUTAS PARA LA PRÁCTICA 3 - TAI CHI Y SALUD 4 - EL QI, LA ENERGÍA 5 - DIFERENTES TIPOS DE QI 6 - LOS TRES TESOROS. SAN BAO 7 - SAN JIAO. LOS TRES CALDEROS 8 - MTC - CONCEPTOS BÁSICOS 9 - YIN YANG 10 - ÓRGANOS, VICERAS Y GLÁDULAS DESDE EL PUNTO DE VISTA DE LA MTC 11 - LOS MERIDIANOS. CANALES DE ENERGÍA 12 - TEORIA DE LOS 5 ELEMENTOS. WU XING 13 - CULTIVO Y CONSERVACIÓN DEL QI 14 - TEORÍA DE LOS CHAKRAS 15 - ANATOMÍA FUNCIONAL
<p>MEDITACIÓN</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 - UNIFICAR LOS TRES SENTIDOS 2 - LOS TRES TESOROS 3 - PACIFICACIÓN MENTAL 4 - SONIDOS CURATIVOS 5 - LA ORBITA MICROCÓSMICA 	<p>TEORÍA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 - ¿QUÉ ES LA MEDITACIÓN? 2 - POSTURA Y ESTRUCTURA 3 - LA RESPIRACIÓN 4 - LA MENTE Y LAS EMOCIONES 5 - EL OBJETO Y EL SUJETO 6 - LOS MUDRAS

CADA MES DE SEPTIEMBRE SE PUBLICAN LAS FECHAS Y EL CONTENIDO DE LOS SEMINARIOS DE LA TEMPORADA SIGUIENTE. LOS TEMAS MARCADOS CON ASTERISCOS SON TEMAS ESPECIFICOS DE EXAMEN.



CADA SEMINARIO TIENE UN PRECIO DE 40€ Y SOLO SE IMPARTE SI HAY AL MENOS TRES PERSONAS. ESTE PRECIO INCLUYE EL MATERIAL QUE SE APORTARÁ EN CADA MÓDULO. ADEMÁS, SE PUEDEN CONSULTAR DUDAS VÍA CORREO ELECTRÓNICO O WHATSAPP EN CUALQUIER MOMENTO.

ES IMPRESCINDIBLE HACER UNA RESERVA DE 20€ LA SEMANA ANTERIOR, QUE SE DESCUENTA DEL PRECIO DEL SEMINARIO Y NO SE DEVUELVE EN NINGÚN CASO, SALVO SI EL SEMINARIO NO SE IMPARTE.

LOS CURSOS DEL MAESTRO PEDRO VALENCIA TIENEN UN PRECIO DIFERENTE, A DETERMINAR SEGÚN LA FECHA.

PARA LOS ALUMN@S QUE ASISTEN REGULARMENTE A LAS CLASES DE QI GONG Y/O TAIJI QUAN EN LOS CENTROS RECONOCIDOS POR LA FUNDACIÓN HUN YUAN ESPAÑA, EL PRECIO ES DE 30 €/SEMINARIO.

TODOS LOS ALUMN@S DEBEN HACERSE SOCI@-COLABORADOR DE LA FUNDACIÓN HUN YUAN ESPAÑA (40€/AÑO) PARA:

- RECIBIR EL LIBRO “MANUAL DE CONCEPTOS BÁSICOS PARA EL ESTUDIO DEL HUN YUAN TAIJI QUAN”
- TENER ACCESO A MATERIALES AUDIOVISUALES DE APOYO A TRAVÉS DEL ÁREA DE SOCIOS DE LA WEB NACIONAL.
- OPTAR AL DIPLOMA DE MONITOR EXPEDIDO POR LA FUNDACIÓN HUN YUAN.
- TENER PREFERENCIA, DESCUENTOS Y BECAS PARA ASISTIR A LOS SEMINARIOS Y CAMPAMENTOS DEL MAESTRO PEDRO VALENCIA (PRESIDENTE DEL TRIBUNAL DEL EXAMEN FEDERATIVO DEL HUN YUAN NEI GONG).

LOS INTERESADOS EN LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO FEDERATIVO DEBEN CUMPLIR UNAS CONDICIONES ADICIONALES PARA ACCEDER A EXAMEN:

- HABER CURSADO TODOS LOS MÓDULOS DE EXAMEN (MARCADOS CON UN ASTERISCO) CON UN NIVEL ADECUADO DE APROVECHAMIENTO. TRAS CADA SEMINARIO SE VALORA EL PROGRESO DE CADA ALUMN@ Y SI NO ES EL ADECUADO, SE ESTUDIA LA SOLUCIÓN, QUE PUEDE INCLUIR LA REPETICIÓN DE UNO O MÁS SEMINARIOS.
- ESTAR FEDERADOS DURANTE EL AÑO EN QUE SE ACCEDE A EXAMEN.



CON EL FIN DE GARANTIZAR LA SERIEDAD Y LA CALIDAD DE LA FORMACIÓN, LA FUNDACIÓN HUN YUAN Y EL MAESTRO PEDRO VALENCIA SOLO AUTORIZAN Y RESPALDAN A PROFESORES VETERANOS, CON AMPLIA EXPERIENCIA PERSONAL EN LAS PRÁCTICAS, PARA IMPARTIR LOS SEMINARIOS QUE CONFORMAN ESTE PROGRAMA.

RECORDAMOS QUE ESTA FORMACIÓN SE ENFOCA PRINCIPALMENTE A PERSONAS QUE NO TIENEN POSIBILIDAD DE ACUDIR REGULARMENTE A CLASES PARA PRACTICAR O A ALUMNOS QUE QUIEREN COMPLEMENTAR Y REFORZAR SU APRENDIZAJE. ESTA FORMACIÓN NO ES UNA VÍA ÚNICA NI OBLIGATORIA PARA LA OBTENCIÓN DE LAS TITULACIONES CITADAS.

TODOS LOS ALUMNOS QUE PUEDEN ASISTEN A LAS CLASES DE NUESTRO CENTRO CON REGULARIDAD. PUEDEN ASÍ SEGUIR COMPLETANDO SU FORMACIÓN A TRAVÉS DE ESTAS CLASES REGULARES Y PUEDEN PRESENTARSE A LOS EXÁMENES FEDERATIVOS CUANDO CUMPLEN LOS REQUISITOS NECESARIOS.



MÓDULO 1

- DEFINICIÓN Y PRINCIPIOS
 - ENTRADA EN CALOR. PREPARAR EL CUERPO Y CENTRAR LA MENTE
 - WUJI ZHUANG-MAPU
 - PAUTAS
 - UNIFICAR LOS TRES SENTIDOS
 - POSTURAS Y PRÁCTICA
 - PAUTAS PARA LA PRÁCTICA DE HUN YUAN TAI CHI
 - ESTRUCTURA. LOS 5 ARCOS
 - ¿DÓNDE PONER LA INTENCIÓN?
 - RELAJACIÓN Y PRINCIPALES CENTROS DE ENERGÍA
 - BAI HUEI
 - HUE YIN
 - JIAN JING
 - MIG MEN
 - YONG ZHUAN
 - CANAL CENTRAL
- DESPLAZAMIENTOS Y ESTRUCTURA
 - LLENO Y VACIO
 - DE ABAJO HACIA ARRIBA
 - FLUIDEZ Y ARMONÍA
 - INTENCIÓN CORRECTA
 - DINÁMICA DEL MOVIMIENTO. EL TAN TIEN COMO MOTOR
- CHAN SI GONG 1. TEORÍA BÁSICA Y PRÁCTICA
- INTRODUCCIÓN A LAS TRECE BASES
- TAI CHI Y SALUD
- RESPIRACIÓN ESPINAL 1. TEORÍA Y PRÁCTICA
- RELAJACIÓN Y RESPIRACIÓN
 - RESPIRACIÓN ABDOMINAL. TEORÍA Y PRÁCTICA

MÓDULO 3

- CALENTAMIENTO. CHAN SI GONG
- TAI LI GONG 2. QIGONG DE LA GRAN FUERZA
 - RESPIRACIÓN DE HUESOS
 - RESPIRACIÓN DE RIÑONES
- TEORÍA
 - LA ENERGÍA. EL QI
 - DIFERENTES TIPOS DE QI
 - SAN JIAO
- PON, CHI, LIU, AN BÁSICO
- REPASO CHAN SI GONG
- MEDITACIÓN.
 - LOS MUDRAS

MÓDULO 5

- CALENTAMIENTO
- HUN YUAN QI GONG 1 Y 2
- FANG SONG GONG 1 Y 2
- CINCO ELEMENTOS. TEORÍA Y PRÁCTICA
 - QI GONG DE LOS 5 ELEMENTOS
 - WU XING. TEORÍA DE LOS 5 ELEMENTOS
- CHAI, LIE, ZHOU, KAO. BÁSICO
- TEORÍA DEL YIN YANG
- MEDITACIÓN.
 - LA ORBITA MICROCÓSMICA

MÓDULO 7

- CURSO PEDRO

MÓDULO 9

- REPASO PRIMER CICLO COMPLETO
- PRE-EXAMEN

MÓDULO 2

- CALENTAMIENTO
- CHAN SI GONG. TEORÍA Y PRÁCTICA
 - EL HILADO DE SEDA. LA FUERZA ESPIRAL
 - TRES SECCIONES, NUEVE QIAO Y 18 ESFERAS
 - COMBINANDO MOVIMIENTOS
- TAI LI GONG 1. INTRODUCCIÓN AL QIGONG DE LA GRAN FUERZA
- LOS TRES TESOROS, SAN BAO. TEORIA Y PRÁCTICA
 - UNIFICACIÓN DE LOS TRES CALDEROS. HUN YUAN QIGONG
- MEDITACIÓN. TEORIA Y PRÁCTICA
 - ¿QUÉ ES LA MEDITACIÓN?
 - POSTURA Y ESTRUCTURA
 - LA REPIRACIÓN
 - UNIFICAR LOS TRES SENTIDOS
 - LOS TRES TESOROS

MÓDULO 4

- CALENTAMIENTO.
 - RESPIRACIÓN ESPINAL 2. TEORÍA Y PRÁCTICA
- TAI LI GONG 1 Y 2
 - REPIRACIÓN DE HUESOS
 - RESPIRACIÓN DE RIÑONES
- HUN YUAN QI GONG 1
- TEORÍA.
 - CULTIVO Y CONSERVACIÓN DEL QI
- FANG SON GONG 1
- MEDITACIÓN. TEORIA Y PRÁCTICA
 - EL OBJETO Y EL SUJETO
 - PACIFICACIÓN MENTAL

MÓDULO 6

- CALENTAMIENTO.
- FANG SONG GONG 1, 2 Y 3
- QI GONG DE LA ARMONÍA
 - TEORÍA DE LOS CHAKRAS
- LAS TRECE BASES. TEORIA Y PRÁCTICA
- FLEXIBILIDAD Y MOVILIDAD BÁSICA. TEORÍA Y PARAÁCTICA
- MEDITACIÓN.

MÓDULO 8

- CURSO PEDRO

NOTA: DURANTE EL CURSO, EL MES QUE EL MAESTRO PEDRO VALENCIA SE ENCUENTRE EN LAS ISLAS DANDO UN SEMINARIO NO SE REALIZARÁ EL MÓDULO DEL MES, CONTANDO EL SEMINARIO DEL MAESTRO COMO PARTE DE LA FORMACIÓN. Y SIENDO OBLIGADO LA ASISTENCIA A MISMO UN MÍNIMO DE UNA VEZ POR CICLO. EL PRECIO DEL SEMINARIO NO SERÁ EL MISMO Y DEPENDERÁ DE LAS CONDICIONES DE LA ORGANIZACIÓN.

