

Wang Xiaojun

Profesor de Wushu (artes marciales chinas) de la Universidad de Deporte de Pekín y subdirector de este Departamento. Director de Wushu del Instituto Nacional Chino de Investigación del Wushu y la Medicina Tradicional. Experto en Taichi chuan del estilo Chen y Yang, Chikung y Kungfu de Shaolin con 30 años de experiencia. Estudios de Medicina Tradicional China, especialista en masaje Tuina - Anmo. Presidente Honorífico del Club de Taichi Escuela Tantien de Valencia.

Entre sus maestros destacan: Tian Qiutian (4ª generación de Taichi chuan estilo Chen Tradicional Tian Qiutian - Tian Xiuchen - Chen Fake), Kan Guixiang (profesora creadora de la forma de 36 del estilo Chen), Men Huifeng (Profesor pionero en las formas modernas de Taichi chuan más conocidas), Dr. Li Yongchang (Fundador del Instituto Nacional Chino de Investigación del Wushu y la Medicina Tradicional, experto en Chikung médico), Zhang Rongshi (Kungfu Shaolin del Norte) y Yu Hai (Kungfu Mantis).

Tuishou con Félix Castellanos



Las plazas son limitadas en todos los cursos. Se respetará el orden de inscripción. Sólo se hará la reserva en el momento en que se formalice el pago íntegro del curso, excepto en el "Retiro de S. Santa" en el que se ha de pagar sólo la cantidad indicada para la reserva de plaza.

Descuentos:

Además de los descuentos por reserva anticipada a las fechas indicadas en cada curso, te puedes beneficiar de la siguiente manera:

Reservas antes del 18 de marzo:

- ⊗ Taichi taller 2 y 6 = 65 €
- ⊗ Dos cursos: 3 y 4; 3 y 5; ó 4 y 5 = 150 €
- ⊗ Tres cursos: 3, 4 y 5 = 210 €.
- ⊗ Retiro S. Santa y un curso 3, 4 ó 5 = 440 €.

Reservas después del 18 de marzo:

- ⊗ Taichi taller 2 y 6 = 85 €
- ⊗ Dos cursos: 3 y 4; 3 y 5; ó 4 y 5 = 200 €
- ⊗ Tres cursos: 3, 4 y 5 = 260 €.
- ⊗ Retiro S. Santa y un curso 3, 4 ó 5 = 500 €.

Organiza:

Escuela Tantien. Director: Félix Castellanos
Teléfono: Anabel Esteve 963 237 241
info@escuelatantien.com www.escuelatantien.com



Colabora:

Universidad de Deporte de Pekín.



Dirección cursos 3, 4, 5 y 7:

Instituto Luis Vives, c/ Marqués de Sotelo, junto esquina de C/ Játiva. Frente Estación de tren del Norte, Valencia.



Cursos Profesor

Wang Xiaojun

Abril 2010

Taichi chuan Taijiquan
Chikung Qigong
Empuje de manos Tuishou

El profesor Wang Xiaojun nos visita desde China impartiendo cursos en Valencia. Sus clases combinan un profundo conocimiento tradicional del arte, con la rigurosidad y metodología de un doctor de la Universidad de Deportes de Pekín.



1.- Retiro Semana Santa Taichi

Del jueves 1 al lunes 5 de Abril. Todos los niveles.

Taichi chuan estilo Chen (tabla de 36 para principiantes y Yilu tradicional para avanzados), Taichi shan (abanico), Taichi gun (forma Chen con palo, básicos para principiantes y forma de 23 para avanzados), Tuishou, Chansi gong (desenrollar seda).

Dos profesores para atender a iniciación y avanzados, Wang Xiaojun y Félix Castellanos.

Horario: Jueves a partir de las 18:00 Recepción, 19:00 Presentación curso y práctica, 21:00 cena. Resto de los días: 8:00- 9:00 Práctica; 9:00 desayuno; 10:30-13:30 Práctica; 14:00 Comida; 16:00-20:00 Práctica; 21:00 Cena. El lunes finaliza con la comida a las 14:00.

Precio: Antes del 18 de marzo = 380 €, después = 420 €. Incluye curso y alojamiento pensión completa desde la cena del jueves a la comida del lunes. Descuento alumnos Escuela Tantien 30 €. Reserva: 70 €. En el lugar de alojamiento se pagará el resto (310 ó 350 €). Familiares: 140 €, niños menos 3 años gratis, de 3 a 6 años 40 €, 7 a 11 años 80 €.

Lugar: Casa familiar Macrovida. San Vicente de Piedrahita (Castellón). Cerca de Montanejos.

En el menú hay platos para elegir vegetarianos, macrobióticos y en ocasiones pescado. Hay un número de **plazas limitadas para familiares acompañantes**, así como **actividades para niños gratuitas** relacionadas con la naturaleza, el cultivo biológico y la creatividad durante las horas de práctica. Aprende taichi mientras tu hijo aprende y se divierte. Tenemos algunos palos para prestar y abanicos de taichi de bambú para vender con descuento.

2.- Taller de Taichi

Viernes 9 de abril. Todos los niveles.

Taichi Chuan de 4 movimientos estilo Chen. Cada uno realizado a ambos lados, con desplazamientos delante y detrás, izquierda y derecha, arriba y abajo.

Horario: De 17.00-21.00.

Precio: Antes del 18 marzo = 40 €, después = 50 €.

Lugar: Universitat Jaume I, Servei d'Esports, Avda. de Vicent Sos Baynat s/n, **Castellón**

Contactar con: Isidro Soler 655836450 ò Lidón Gomez 647538259

3.- Taichi Forma 36, 3ª y 4ª sección

Sábado 10 de Abril

Solo para alumnos formación de Taichi, antiguas promociones y los que hayan realizado hasta la 3ª sección.

3ª y 4ª sección con aplicaciones marciales de la forma 36 del Taichi chuan estilo Chen.

Horario: De 9.30-13 30 y de 15.30-19.30.

Precio: Antes del 18 marzo = 85 €, después = 110.

Lugar: Instituto Luis Vives de Valencia.

4.- Chikung

Domingo 11 de Abril. Todos los niveles.

Yijinjing (pronunciado ichinching) ó Chikung del Cambio de Músculo Tendón. Inventado por un monje Shaolin budista hace más de 1.000 años, esta serie de ejercicios regulan el yin y el yang y nos ayuda a mantener la salud y recolectar energía. Movimientos, respiración y visualización y concentración en puntos de acupuntura. Este Chikung ha sido publicado en un libro de la Universidad de Deportes de Pekín por el maestro Wang Xiaojun, siendo de estudio obligatorio para los estudiantes de Wushu (artes marciales).

Horario: De 9.30-13 30 y de 15.30-19.30.

Precio: Antes del 18 marzo = 85 €, después = 110.

Lugar: Instituto Luis Vives de Valencia.

5.- Tuishou (empuje de manos) estilo Chen

Lunes 12 de Abril. Todos los niveles.

Estudio de las principales fuerzas del Taichi chuan con compañero: Peng, lu, ji, an. Teoría y práctica. Sensibilidad, enraizamiento y fluidez.

Horario: De 9.30-13 30 y de 15.30-19.00.

Precio: Antes del 18 marzo = 85 €, después = 110.

Lugar: Instituto Luis Vives de Valencia.

6.- Taller de Taichi

Viernes 16 de abril. Todos los niveles.

Taichi Chuan de las cuatro esquinas estilo Chen. Serie de los 4 movimientos, tirón (cai), oblicuo (lie), golpe de cadera (kao) y codazo (zhou). Realizado de forma fluida y con desarrollo de la fuerza elástica y la rapidez (fa jing). Proporcionan el aspecto yang (más tónico) del Taichi Chuan.

Chikung complementario: Bai ri zhu ji gong (Ejercicios básicos de 100 días de recolección). Serie sencilla taoísta de 6 ejercicios.

Horario: De 17.00-21.00.

Precio: Antes del 18 marzo = 40 €, después = 50 €.

Lugar: Por confirmar en Valencia.

7.- Chikung

Sábado 17 y domingo 18 de abril

Solo para antiguas promociones de instructores de Qigong y Taijiquan de Félix Castellanos.

Jian Shen Yun Qi Fa Gong (Método para fortalecer el cuerpo y hacer fluir la energía).

Chikung de las 4 estaciones – Verano (Daoyin Qigong de las 24 estaciones de Chentuan). Gran parte de los ejercicios son sentados.

Horario: Sábado de 9.30-13.30 y de 15.30-19.30 y Domingo de 9.30-13.30

Precio: Antes del 18 de marzo = 110 €, después = 130 €.

Lugar: Instituto Luis Vives de Valencia.

