



FEDERACION MADRILEÑA DE LUCHAS ASOCIADAS
CURSO DE FORMACIÓN DE TAIJIQUAN & QIGONG (Tai Chi & Chi Kung)
DEL 23 AL 25 DE JUNIO 2017



Organizan: A.E.T.A.I Asociación Española de Tai Chí y Artes Internas.

(Asociación inscrita en registro municipal de asociaciones del municipio de Leganés con el Nº 1054).

F.M.L y D.A Federación Madrileña de Luchas Asociadas.

SONG SHAN Centro Tradicional de Artes Orientales.

Colabora: Excmo. Ayuntamiento de Leganés.

LUGAR DE CELEBRACIÓN: POLIDEPORTIVO MUNICIPAL OLIMPIA. Calle del Cobre, Nº 12 Leganés (Madrid)

Cuadro de horarios y actividades
DEL 23 AL 25 DE JUNIO 2017

HORARIOS	VIERNES	SABADO	DOMINGO
17:30 a 20:30	PRESENTACIÓN Teoría / Práctica	QI GONG "Chi Kung" TAIJIQUAN " Tai Chi Chuan "	REPASO GENERAL DE TODAS LAS ACTIVIDADES
9:30 a 12:00		DESCANSO	
12:00 a 12:30		APLICACIONES MARCIALES – TUI SHOU – SAN SHOU NOCIONES BÁSICAS DE ARBITRAJE	
12:30 a 14:00		COMIDA	ENTREGA DE DIPLOMAS Y FOTO GRUPO
14:00 a 16:00		QI XI "Armas" Taiji Jian "Espada - Esgrima China" Taiji Fan "Abanico Chino"	
16:00 a 20:00			

La organización se reserva el cambio de horario de las distintas actividades.

La organización proporcionará el temario de trabajo de todo el curso.

El curso será impartido por:

Maestro: Julio Pérez Rivero

Entrenador Nacional N III: José Salvador Antúnez Caracena.

Entrenador Nacional N II: Laura Bermejo González.

Entrenador Nacional N I: Ramón González Sánchez.

Las materias a tratar en este curso serán los siguientes:

Fundamentos:

Teoría del Taijiquan & Qigong, y las Armas Chinas (Bases y fundamentos).

Bioenergética:

Concepto de Chi "Energía Vital". Circulación energética.

Polaridad Yin – Yang. Yin Yang en el cuerpo - Yin Yang en los meridianos energéticos.

Los Cinco Elementos. Ciclos de Control y Generación - Correspondencias Meridianos en órganos internos.

Qigong:

Chi Kung (Ba Duan Jin "Las ocho joyas del brocado de seda").

Enraizamiento, Alineación, Estructura Corporal. Respiración, conceptos y diferencias.

Taijiquan Xin Yi:

Tai Chi Xin Yi. "Forma 24 Movimientos". Trabajo sobre la utilidad y conocimiento de los movimientos, así como su utilización a nivel físico y energético, estudio de la respiración y la mirada.

Meditación: Iniciación, base del autoconocimiento a través del cuerpo y sus manifestaciones energéticas.

Tui Shou & San Shou:

Técnicas desarrolladas y basadas en el estilo de Tai Chi Xin Yi "Empuje de Manos y Técnicas de Defensa Personal". Técnicas básicas de Chin Na Shu "el arte de atrapar y agarrar en el Taijiquan".

Qi Xi "Armas":

Forma y Técnicas de Esgrima China de Tai Chi Jian estilo Xin Yi. Forma de 9 Mov.

Forma y Técnicas de Abanico de Taiji Fan escuela Song Shan. Forma de 9 Mov.

Arbitraje: Nociones básicas de arbitraje para competiciones de todas las técnicas, tanto de las formas de mano, aplicaciones y técnicas de combate y de las técnicas de armas.

Uniformidad y material a traer por los participantes.

Todos los participantes podrán asistir con uniformes de sus estilos (chaqueta y pantalones largos) o en chándal y zapatillas. El negro es el color recomendado. Deberán traer espadas, palos y abanicos para la práctica, en caso de no disponer de las armas, la Escuela Tradicional de Artes Orientales Song Shan, las pondrá a disposición de los participantes (previa petición).

Condiciones para la asistencia al curso.

Curso de Viernes a Domingo:

Compuesto de 16 horas totales. Se repartirán en:

Viernes de 17:30 a 20:30 h.

Sábado de 9:30 h a 14 h y de 16:00 a 20 h.

Domingo de 9:30 a 14 h, quedará destinado para repaso general de todas las actividades y exámenes en caso de que corresponda y foto de grupo.

CUOTAS	FEDERADOS	NO FEDERADOS.
SEMINARIO COMPLETO	35 €	50 €
LICENCIA ADULTO		62 €
LICENCIA ENTRENADOR		100 €

Tasas de exámenes no incluidas "consultar para cada Título/Grado".

Becas y Ayudas:

El Ayuntamiento de Leganés concederá una beca, por el total del seminario completo, a participantes empadronados en el municipio de Leganés.

La Federación Madrileña de Lucha concederá una beca, por el total del seminario completo y una ayuda del 20% del total del seminario a participantes pertenecientes a dicha Federación.

La Asociación Española de Tai Chi y Artes Internas (A.E.T.A.I - Escuela Federativa Song Shan) concederá una beca, por el total del seminario completo y una ayuda del 20% del total del seminario a participantes pertenecientes a dicha asociación.

En caso de que dichas Instituciones no concedan el total de dichas becas o ayudas programadas, la organización podrá disponer de las mismas según su criterio.

Todos aquellos federados que acrediten la posesión de C.Negro en cualquiera de las disciplinas de la F.M.L. podrán solicitar el diploma de "Nivel Básico en Taijiquan & Qigong" (la organización proporcionará la documentación adecuada para complementar la validez de dicho diploma).

Se recomienda la asistencia a este seminario a todos los practicantes de cualquier disciplina marcial, dada su relación directa con estas técnicas, no importa el conocimiento de este trabajo ya que está estructurado para todos los niveles. Nos aportará una metodología y forma de entrenamiento, de forma que nos haga comprender nuestras habilidades y la percepción Físico/Mental de las Artes Marciales.

Inscripciones:

Song Shan. Centro Tradicional de Artes Orientales. Paraguay Nº 9 Leganés (Madrid).

En el teléfono 676 07 31 45

En el correo info@songshan.es

www.songshan.es

Hasta agotar plazas.

Plazo de inscripción del 1 al 20 de Junio 2017

El número máximo de participantes será de 30, riguroso orden de inscripción con la fecha del ingreso.

Normas y protocolo para el curso:

Para la preinscripción se tendrá que abonar el 25 % del precio total del curso a realizar, y será mediante ingreso bancario en la siguiente cuenta:

IBAN: ES85 0182 1641 6102 0157 5741 "BBVA". Titular. Julio Pérez

El resto antes del comienzo del curso.

Importante: el justificante se tendrá que mandar con los siguientes datos: nombre y apellidos del interesado y nombre del curso para el cual hace la reserva en la siguiente dirección de email: **Email:** info@songshan.es

Por circunstancias personales y debidamente justificadas, se podrá cancelar la reserva de plaza del curso antes de 48 horas del comienzo del mismo; transcurrido ese tiempo, supondrá la pérdida de la reserva. En caso de estar todas las plazas cubiertas o por cualquier motivo ajeno a la Asociación y o Federación, se tuviera que cancelar el curso, se informará a la mayor brevedad posible, por lo medios disponibles a nuestro alcance y se devolverán todos los depósitos realizados sin ningún coste para los interesados.

Ven a conocer y a practicar estas técnicas orientales milenarias, cultivar sus beneficios terapéuticos, incrementar la vitalidad y el rendimiento tanto físico como mental y su efectividad marcial.

El Arte Supremo o Boxeo de las Sombras.

¡¡¡Te sorprenderá!!!