



www.saludjingshen.com

saludjingshen@gmail.com

Clases Regulares de Qigong

Clases semanales de aprendizaje y entrenamiento.

Dirigido a todas las personas que quieran iniciarse y practicar las técnicas del Qigong y sentir sus beneficios.

PROGRAMACION:

1º Trimestre



Sistema Ma Wang Dui

En el año 1973 en la ciudad de Changsha, provincia de Hunan, se hallaron de forma fortuita unas tumbas de la Dinastía Han en la zona del túmulo Mawangdui. Estas tumbas pertenecían a la familia Li Cang, marqués de Dai. En el hallazgo fue significativo el cuerpo de una mujer (marquesa de Dai) encontrado en un estado perfecto de conservación y una serie de manuscritos en rollos de seda con fecha de 200 a. C. que recogían tratados de ciencia, arte, filosofía, religión y medicina.

Entre los textos de medicina, figura una pieza de seda donde muestra los dibujos de figuras humanas de ambos sexos, y de diferentes rangos sociales (reflejado en sus ropajes) y edad. Estas figuras realizan 44 poses o ejercicios para el mantenimiento de la salud y la prevención de las enfermedades denominándolas Dao Yin o Inducción de la energía.

El sistema **Ma Wang Dui** ha sido investigado y editado por la Chinese Health Qigong Association inspirándose en las figuras del manuscrito. Sus ejercicios armónicos y fluidos flexibilizan los canales de acupuntura e inducen la Energía Vital o Qi a través de ellos para hacerla llegar hacia los órganos internos asociados: pulmón, intestino grueso, estomago, bazo, corazón, intestino delgado, vejiga, riñón, maestro corazón, Sanjiao, vesícula biliar e hígado, además de estimular una serie de acupuntos específicos.

Inicio: 21 de septiembre 2015

Finalización: 21 de diciembre 2015

Horarios: lunes de 18:00 a 20:00h.
viernes de 19:00 a 20:00 h.

Lugar y centro colaborador: Espais Alchemica:
Associació de Veïns i Comerciants Camp de l'Arpa
C/ Sant Antoni M^a Claret 358, 08026 Barcelona

Teléfono: 93 436 87 61

Metro: Línea 5, parada Camp De l'Arpa

Organiza: Club Esportiu Taichi Saludable Jingshen (con logo Saludjingshen)

Teléfono: 686 80 10 06