

TAJČI SEMINÁR

Sobota 19. júna 2010

Úvod do tradičného Čen štýlu



太極拳

10 - 13 hod

a

15 - 18 hod

s majstrom José Luis Serrom, osobným
žiakom Veľmajstra Chen Xiao Wanga,

CVČ Domino Nitra,
Štefánikova 63

Informácie a prihlášky:



www.wutai.sk

0907745042

wutai@wutai.sk

Čo je tajči?



太
极
拳

Tajči patrí medzi najpopulárnejšie cvičenia v Číne a je jedným z najrozšírenejších tradičných čínskych bojových umení vo svete. Tajči sú pomalé a harmonické pohyby, pri ktorých koncentrovaná ale uvoľnená myseľ zabezpečuje správne držanie tela, dýchanie, podporuje zdravie a duševnú pohodu.

Cvičíme tradičný štýl **Chen (čen)**, ktorý je uznávaný ako základ všetkých súčasných škôl tajči. Držiteľom línie a ochrancom čistoty tohto štýlu je veľmajster **Chen Xiao Wang** -

19. generácia Chen Tai ji Quan rodiny Chen.

Majster José Luis Serra (Barcelona 1961) je osobným žiakom veľmajstra **Chen Xiao Wanga** a predstaviteľom 20. generácie rodiny Chen. Majster José Luis Serra žije od konca roku **2009** na Slovensku. Pod záštitou veľmajstra prináša, šíri a podporuje rozvoj štýlu Chen na Slovensku. Tento seminár otvára sériu podujatí na Slovensku, prostredníctvom ktorých majster José Luis Serra predstaví tradičný Chen tajči štýl. Je to vynikajúca príležitosť na zoznámenie sa s tradičným tajči, základom všetkých ostatných tajči škôl.



Program

Doobedie

10:00 - 10:30 Čo je tajči

10:30 - 11:30 Navíjanie hodvábu (Chansi Gong)

11:30 - 13:00 Úvod do formy 19 pohybov

Uvádzaacia cena: 30€

Poobedie

15:00 - 17:30 Úvod do formy 19 pohybov - pokračovanie

17:30 - 18:00 Ukážka z foriem Chen štýlu