

MONITOR DE QIGONG

" UN VIAJE DE MIL MILLAS COMIENZA CON UN SOLO PASO "

Presentación

Esta formación consta de 2 cursos diferenciados.

1º curso básico- Monitor de Qigong.

Este curso de monitor tiene una duración de 10 meses

2º curso especialista- Profesor de Qigong.

Para realizar este curso será necesario haber cursado y aprobado el curso de monitor.

Fechas seminarios formación particular: acordar con el alumno

Fechas formación grupo: por determinar

Lugar : Escuela Alquimia del Ser. Plaza dos de Mayo, Robledo de Chavela. Madrid

Horario: - 2 seminarios al mes de 4 horas .

Precio: 1.000€ a pagar en 10 mensualidades 100€-mes

Fechas: 19/26 Octubre - 9/23 Noviembre - 14/21 Diciembre - 11/25 Enero - 8/22 Febrero - 8/22 Marzo - 12/26 Abril - 10/24 Mayo - 7/21 Junio - 5/19 Julio.

El Qigong también llamado Chikung , es un arte milenaria basada en los fundamentos de la medicina tradicional China. Qi quiere decir energía vital y gong trabajo o estudio, por tanto el Qigong es el estudio y trabajo en profundidad de la energía vital. Es apto para cualquier persona de cualquier edad o condición física. A través de su técnica profundizamos en el entrenamiento de la mente y la energía vital (Qi), logrando la total unión entre el cuerpo y la mente en un estado de armonía. Utilizando movimientos lentos, la respiración y la meditación, conseguimos mejorar nuestra salud, potenciando nuestro sistema inmunológico, previniendo enfermedades y mejorando la gestión de nuestras emociones. También mejoramos nuestro cuerpo físico, agilidad, flexibilidad, desbloqueo de las articulaciones, tonificación muscular. Estimulamos nuestra estructura energética, meridianos, tantiens, sistema de órganos. Por ultimo nos ayuda a crear un equilibrio y a relacionarnos con las energías de nuestro entorno..

Objetivos

En este curso básico de formación de monitores de Qigong, se aprenden los fundamentos y bases de la practica de este arte, tanto como para la practica personal como para impartir clases según el nivel adecuado. Chikung o Qigong : trabajo y estudio del Chi (energía vital). Es una de las ramas de la medicina tradicional china, eficaz para la prevención de enfermedades y para la recuperación de la salud. Basada en movimientos sutiles, meditación y concentración, apta para cualquier persona, edad, y forma física... Según la metodología del curso a la vez que practicamos , adquirimos los conocimientos necesarios para desarrollar esta técnica , e ir sanando y equilibrando nuestra energía, formándonos para poder impartir clases..

MONITOR DE QIGONG



ESCUELA
Alquimia del Ser

Jose Luis Muñoz

Curso 1º nivel básico título monitor

Teoría:

- Que es el Qigong.
- Historia del Qigong
- Diferencia entre Qigong y Taichi.
- Diferentes estilos y escuelas.
- Conceptos básicos de Medicina China.
- Filosofía y conceptos Taoístas y Budistas.
- El Yin-Yang, los 5 elementos, el Tao y los Tres Tesoros.
- Tipos de Qigong.
- Reacciones normales y anormales.
- Indicaciones y contraindicaciones.
- Fisiología básica.
- La estructura energética del cuerpo.
- La estructura externa.
- Consejos para la práctica.
- Pedagogía de la enseñanza para dirigir y motivar grupos.
- Protocolos para organizar e impartir clases.

Práctica:

- Qigong de Chansejing. Enrollar la seda.
- Qigong de las 8 Joyas o Ba DuanJing.
- Qigong de los 5 Animales, Wuquinxí.
- Qigong de Hunyuan "el Principio de la Materia para el cultivo del Qi".
(introducción)
- Qigong de Taili. Nutrir el riñón.
- Estiramientos de los meridianos tendinomusculares.
- Qigong de Wudang.
- Auto-masaje chino y masaje por parejas.
- Meditación y relajación mental
- Sonidos Curativos y Sonrisa Interior. LiuZhi Jue.
- Respiración de huesos y lavado de médula ósea.
- Forma de Taichi-Chikung de trece movimientos.
- Dao Yin Yang shen gong (Qigong tonificación general)

MONITOR DE QIGONG



ESCUELA
Alquimia del Ser

Jose Luis Muñoz

Curso 2º nivel especialista título profesor

Teoría

- Repasaremos algunas nociones básicas del nivel 1.
- Fundamentos del Taoismo.
- Filosofía de la práctica.
- Tao te King- Lao tse.
- Qigong en el momento actual.
- Como modificar la práctica para distintos colectivos.
- Pedagogía de la enseñanza para dirigir y motivar grupos.
- Protocolos para organizar e impartir clases.

Práctica:

- Repaso de las prácticas del nivel 1.
- Qigong de Chansee. Enrollar la seda.
- Wai Chi qigong.
- Yi Jin Jing - Clásico cambio de músculo a tendón.
- Qigong de los elementos.
- Qigong sentado.
- Qigong de Hunyuan "el Principio de la Materia para el cultivo del Qi".
- Meditación y relajación mental.
- Alquimia Interna Taoista.
- Forma de Taichi-Chikung de trece movimientos.

MONITOR DE QIGONG



ESCUELA
Alquimia del Ser

Jose Luis Muñoz

Metodología

Esta formación de Qigong consta de dos módulos diferenciados.

- **1 curso-curso básico:** este curso tiene una duración de 10 meses. y cada mes tendremos 2 clases de 4 horas, así como mentorías personales y encuentros para realizar consultas. Al terminar este curso y habiendo aprobado las pruebas de capacitación el alumno obtendrá el título de **monitor de Qigong**, expedido por la Escuela Alquimia del Ser y avalado por el Instituto Shenren de Taichi chuan y chikung .
- **2º curso- curso especialista:** para realizar este segundo curso es necesario haber cursado y aprobado el curso básico de monitor, y tiene una duración de 10 mese en el mismo formato que el curso básico. (días por determinar). al terminar este curso y habiendo aprobado las pruebas de capacitación el alumno obtendrá el título de **profesor de Qigong**, expedido por Escuela Alquimia del Ser y avalado por el Instituto Shenren de Taichi chuan y chikung .

Para la obtención del título es imprescindible haber asistido a un mínimo del 80% de las clases y haber abonado la totalidad del precio del curso.

Titulación

- Se entregará al finalizar el curso, el Diploma de Monitor de Chikung, expedido por Escuela Alquimia del Ser y avalado por la Asociación Shenren de TaichiChuan y Chikung y reconocido por , la Federación Europea de Reiki Profesional y el Instituto Superior de Terapias Naturales (INSTENAT).
- Para la realización de las clases el alumno debera de disponer de un espacio donde el profesor le pueda visualizar de cuerpo entero para la corrección adecuada de las prácticas.