

CATÀLOGO DE VÍDEOS 2



Chi Kung de los Cinco Elementos

El Chi Kung de los Cinco Elementos usa técnicas chinas de masaje para mejorar las funciones de los pulmones, riñones, hígado, corazón y estómago, correspondientes a los elementos que son metal, agua, madera, fuego y tierra. El Maestro Su Yu Chang presenta tres ejercicios para cada elemento. Un ejercicio Yin, uno Yang y otro para equilibrar el Yin y el Yang en cada órgano.

Versión Hablada en inglés.

P.V.P.: 37 €uros



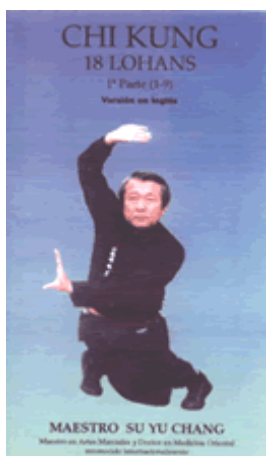
12 Meridianos

La finalidad del Chi Kung de los doce meridianos es mejorar el funcionamiento del aparato digestivo, el aparato circulatorio y el sistema inmunológico, entre otros procesos del cuerpo. Esto se consigue mejorando el flujo del Chi entre las líneas de meridianos en el cuerpo.

Está recomendado a practicantes de todos los niveles y de todas las edades.

Versión Hablada en inglés.

P.V.P.: 37 €uros



Chi Kung 18 Lohans (Videos 1 y 2)

La finalidad de este Chi Kung es mejorar el dominio de las artes marciales. Los ejercicios de los 18 Lohans proceden del Templo Shaolin y están relacionados con el Kung Fu Shaolin y el Mantis del Norte.

Versión hablada en inglés.

P.V.P.: 37 €uros cada vídeo



Tai Chi Chuan de Su Yu Chang

El Tai Chi Chuan es un arte marcial chino basado en la misma filosofía de la cual se originó el arte médico de la acupuntura y las técnicas Taoistas de Meditación: “La Filosofía del I Ching y el Tao Te Ching”.

En este video se muestran los principios básicos del Tai Chi Chuen, posturas, respiración, filosofía y aplicación a la defensa personal.

Versión Hablada en castellano.

P.V.P.: 37 €uros

