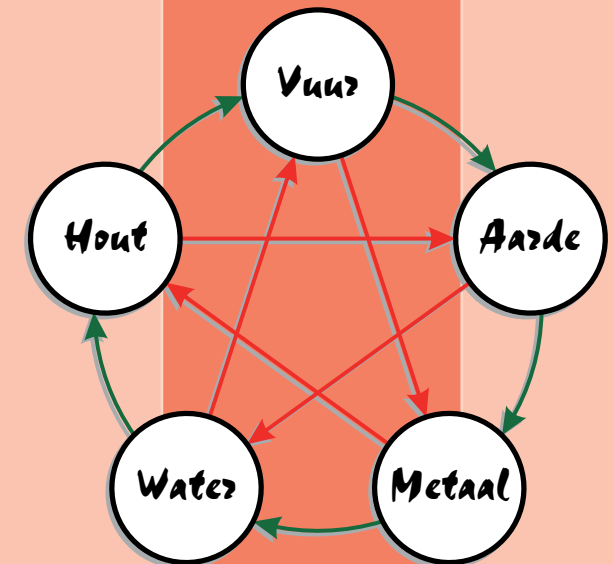




Golden Flower Tai Chi

Workshop Xing-Yi De basis en de 5 Elementen Set



Informatie Workshop Xing-Yi:

Data: 16 september 2018

Kijk op www.goldenflower.nl
voor de meest recente data
en locaties

Tijden: 10:00 - 16:00 uur

Kosten: € 80,- per workshop
Kijk aan de binnenkant voor kortingen.

Plaats: Doornenburg

S.v.p het hele bedrag overmaken naar:

ING: NL38 INGB 0004 4805 42

tnv: Golden Flower Tai Chi, Doornenburg

Verdere details worden gegeven na inschrijving.

Wijzigingen mogelijk.

Kijk op www.goldenflower.nl voor het laatste nieuws.

Inschrijving en aanmelding:

Golden Flower Tai Chi

Roswaard 4

6686 MN Doornenburg

Tel. 06 - 55 39 58 39

E-mail: job@goldenflower.nl / job@koesoemobroto.nl

Kijk ook op www.goldenflower.nl

Inschrijfformulier toezenden aan:

Golden Flower Tai Chi

Roswaard 4

6686 MN Doornenburg

Workshops Xing-Yi - De Basis en de 5 Elementen Set

De 3 Interne Vechtkunsten

Naast de honderden (misschien zelfs over de dui-zend) verschillende externe vechtkunsten, worden tegenwoordig slechts 3 interne vechtkunsten algemeen beoefend. Dit zijn Tai Chi Chuan, Pa-Kua Chang en Xing-Yi Quan. Omdat ze elkaar uitstekend aanvullen, krijg je met een studie van alle drie een diep inzicht van alle interne vechtkunsten.

Hsing-I Chuan (Xing Yi Quan)

Van de drie bekendste Interne vechtkunsten (Tai Chi Chuan, Pa Kua Chang en Xing-Yi Quan) lijkt Xing-Yi Quan het meest eenvoudig, echter schijn bedriegt. De bewegingen zijn explosief en lijken net zo rechtlijnig als externe vechtkunsten.

De principes zijn wel degelijk energetisch en veel principes komen overeen met de andere interne vechtkunsten. Het voetenwerk en de toepassingen geven een diep inzicht in verschillende vechttoepassing van alle drie de internevechtkunsten.

De basis van Xing-Yi Quan is de theorie van de 5 Elementen of Fasen (Metaal, Water, Hout, Vuur en Aarde). Door de eenvoud van de bewegingen zijn ze snel aan te leren. Echter de principes en verfijningen van Xing-Yi zijn diepgaand en niet makkelijk te doorgronden. Als vervolg op de Basis Set kunnen ook de 12 Dieren Set, de Linkage Set, De Chain Set en Xing-Yi Speer en Staf geleerd worden.

In deze workshop leer je niet alleen de basis van de Xing-Yi 5 Elementen Set, maar ook de 5 Elementen kunt samensmeden in de Linkage Form

Opmerking: Hsing-I wordt in de moderne spelling (Pinyin) geschreven als Xing Yi.

Programma

In deze workshops werken we onder andere aan:

- "Yi" - de kracht van intentie
- De San-Ti positie
- Voetenwerk in Xing-Yi
- Xing-Yi 5 Elementen
- 5 Elementen Linkage set

Onafhankelijk van Tai Chi stijl

Het beoefenen van Xing-Yi Quan geeft een verdieping in de studie van Tai Chi Chuan. Daarom zijn deze workshops niet afhankelijk van Tai Chi stijl of variatie.

Ook beoefenaars van andere vechtkunsten kunnen veel leren van deze workshop.

De instructeur

Al vanaf 1989 geeft Job Koesoemobroto les in de Chinese vechtkunsten en verschillende gerelateerde Taoïstische disciplines, waaronder Tai Chi Chuan, Pakua, Xing-Yi, vele wapenstijlen, meditatie, cultivatie en energiewerk.

Zelf bestudeert hij zo'n 40 jaar martial arts en Tai Chi en onderzoekt hij vele Westerse en Oosterse methodes en technieken voor persoonlijke ontwikkeling.

Job is een senior instructeur in de International Golden Flower Tai Chi Association. Hij heeft vele instructeurs begeleid en opgeleid in Nederland, België en Engeland. Het is altijd een plezier om met Job te werken. Zijn levendige energie en wakkere geest, in combinatie met zijn warme en oprechte interesse in de medemens, staan garant voor een waardevolle leerervaring die voor lange tijd bijblijft.

Workshops Xing-Yi Quan

Naam: _____

Adres: _____

Postcode: _____

Plaats: _____

Telefoon: _____

E-mail: _____

Schrijft zich in voor de workshop op:

16 september 2018* - 10:00-16:00 uur

Hou mij op de hoogte van toekomstige data

Ik ben:

GF of Jianfa lid Geen lid

GF Instructeur Tai Chi Leraar (niet GF)

Golden Flower en Jianfa leden en Tai Chi leraren krijgen €10,- korting op de workshop. Golden Flower Instructeurs krijgen €20,- korting.

Hou mij op de hoogte voor andere workshops.

Ik betaal totaal: € _____

Op ING: NL38 INGB 0004 4805 42
t.n.v. Golden Flower Tai Chi, Doornenburg

Datum: _____

Handtekening: _____

* Bij voldoende vraag worden nieuwe data gepland.