

# *Shen*BUQI® International Gouden Draak Daoyin



金  
龙  
导  
引

o.l.v.

Shen Zhengyu

☯ TAIJI CENTRUM vzw

[taijicentrum2000@gmail.com](mailto:taijicentrum2000@gmail.com)

[www.taijicentrum.org](http://www.taijicentrum.org)

[www.shenbuqi.com](http://www.shenbuqi.com)

**Lessen:** zaterdag 18/12/2021 10:00-17:00  
zondag 19/12/2021 10:00-16:00

**Locatie:** Sportzaal OLVE Edegem  
Rombaut Keldermansstraat 33  
2650 Edegem België

**Registratie:** zaterdag 09:45-10:00

**Inschrijven:** Inschrijven is noodzakelijk.

**Prijs:** weekend - 150 € / 1d - 80 €  
inclusief koffie, thee, koekje, syllabus



Shen Zhengyu (Xinjiang °21-04-1965) is de zoon van Dr. Shen Hongxun en Dr. Xia Tingyu. Op jonge leeftijd werd hij assistent van zijn vader en verwierf hierdoor diepgaande kennis in de Traditionele Chinese Geneeskunde. Hij is de oprichter van het Taiji Centrum vzw en *ShenBUQI*® International. Shen Zhengyu geeft naast wekelijkse lessen in België ook TàìJí, Meditatie, Qì-Dǎoyīn, TàìJíWǔXīGōng en *ShenBUQI*® opleidingen in België, Corsica, Frankrijk, Italië, Nederland en Noorwegen.

# *Shen*BUQI® International

## Gouden Draak Daoyin

De Chinese draak is een mythologisch wezen en wordt voorgesteld als een machtig dier dat zijn hoofd, lange nek, ledematen en staart spiraals-gewijs beweegt wanneer hij door de lucht vliegt. De drakendans, ter gelegenheid van de traditionele Chinese nieuwsjaarviering, is overal ter wereld zeer populair. De kleurrijke kostuums en de exotische dansen zorgen voor een boeiend spektakel. De uitvoering is echter dikwijls slechts een puur lichamelijk gebeuren zonder innerlijke kracht.

De drakendans inspireerde Dr. Shen Hongxun tot het ontwikkelen van negen oefeningen met spiraalbeweging: de Gouden Draak Daoyin. Deze oefenreeks bestaat uit: de draak ontwaakt uit zijn winterslaap, de draak rekt zijn klauwen uit, de draak kwispelt met zijn staart, de draak verlaat zijn hol, de draak bidt, de draak speelt met de parel, de draak speelt met water, de draak danst de liefdesdans, de draak keert weer in winterslaap.

### **Voorkennis is niet vereist.**

De spiraalbewegingen zijn zeer effectief bij het corrigeren van de ruggengraat, het openen van de drie bewegingscentra in de rug, de verbetering van de lichaamshouding, het leren oplossen van blokkeringen in de rug en het activeren en reinigen van het energetisch systeem. *De Gouden Draak Daoyin hebben hierdoor zowel voor de beginnende als gevorderde student een harmoniserende invloed op fysiek, emotioneel en mentaal niveau.*

### **ShenBUQI**

Dr. Shen Hongxun ontwikkelde de Gouden Draak Daoyin ook als 'voorzetting en hoger niveau van Taijiwuxigong'. Spiraalkracht komt uitgebreid aan bod en energiekracht wordt verder ontwikkeld. Daarom worden de Gouden Draak Daoyin ook beschouwd als een essentieel onderdeel van de *Shen*Buqi-opleiding.

*Shen*BUQI® International  
Taiji Centrum vzw  
Tweebunder 12  
2650 Edegem  
Tel. +32 (0) 475 810 620  
zhengyu1965@gmail.com

