

Traditionele Chinese gezondheidsoefeningen

Workshop Daoyin

17 mei 2014

Geel, België



o.l.v.

meester Shen Zhengyu

☯ **TAIJI CENTRUM** vzw

taijicentrum2000@gmail.com

www.taijicentrum.org

www.shenbuqi.com

Daoyin, traditionele Chinese gezondheidsoefeningen

Het woord daoyin bestaat uit twee afzonderlijke begrippen. Zowel 'dao' als 'yin' hebben de betekenis van leiden. Samen vormen zij de beschrijving van 'oefeningen waarbij een duidelijke doelstelling wordt nagestreefd'; in dit geval het bevorderen van lichamelijke en geestelijke gezondheid. Daoyin zijn zeer efficiënt in het corrigeren van de houding en het elimineren van factoren die energiestoornissen veroorzaken (binqi). Daarnaast is het ook mogelijk om met de interne kracht, ontwikkeld door het beoefenen van deze daoyin, medemensen te helpen.

Daoyin hebben niet alleen effect op de gezondheid. Door de diepe concentratie en de aandacht voor ademhaling en beweging is het ook een uitstekende methode voor zelfontwikkeling en innerlijke groei. Door het beoefenen van daoyin herstellen we de verbinding tussen lichaam en geest en hervinden de innerlijke harmonie die zo dikwijls verstoord wordt in ons dagelijks leven.

Tijdens deze workshop kunt u kennismaken met de verschillende Daoyin systemen die het Taiji Centrum - *ShenBUQI*® International aanbiedt. Naast theoretische beschouwingen wordt er ruimschoots tijd voorzien om voorbeelden in de praktijk uit te proberen.

Meer informatie over de verschillende daoyin-systemen kunt u terugvinden op de websites www.shenbuqi.com (Engelstalig) en www.taijicentrum.org (Nederlandstalig).

Plaats: Sportzaal Sint Dimpna College, Gasthuisstraat 2, 2440 Geel

Prijs: 60 euro / 30 euro halve dag

Inschrijven: vanaf 09:30

Lessen: 10:00 - 13:00 / 14:00 - 17:00

Info: taijicentrum2000@gmail.com / 0475-810620 / 0471-592252

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 zvw en *ShenBUQI*® International. Shen Zhengyu geeft naast wekelijkse lessen in België ook TaiJi37®, Daoyin-Therapie en Buqi-opleidingen in België, Frankrijk, Nederland, Noorwegen en het Verenigd Koninkrijk.

