

*Shen*BUQI® International
WǔXī QìGōng
五息气功



o.l.v.

Shen Zhengyu

☯ TAIJI CENTRUM vzw

taijicentrum2000@gmail.com

www.taijicentrum.org

Weekends:

- 1) 19-20 oktober 2024
- (2) 14-15-december 2024
- (3) 22-23 februari 2025
- (4) 26-27 april 2025
- (5) 14-15 juni 2025

steeds: zaterdag 10:00-17:00

zondag 10:00-16:30

Locatie:

Sportzaal OLVE Edegem

ingang: Gerard de Cremerstraat 22

2650 Edegem België

Registratie:

op zaterdag 09:45-10:00

Inschrijven:

Inschrijven is noodzakelijk.

Prijs:

2d - 150 € / 1d - 80 €

inclusief koffie, thee, koekjes, syllabus



Shen Zhengyu (Xinjiang °21-04-1965) is de zoon van Dr. Shen Hongxun en Dr. Xia Tingyu. Op jonge leeftijd werd hij reeds qigong-leraar. In 1991 werd hij verkozen als lid van het "Federatie voor Qigong en Lichaamsbeweging"-committee te Shanghai. Hij is de oprichter van het Taiji Centrum vzw en *ShenBUQI*® International. Shen Zhengyu geeft naast wekelijkse lessen in België ook TàìJí, Meditatie, Dǎoyīn, WǔXī QìGōng en *ShenBUQI*® opleidingen in België, Frankrijk, Italië, Nederland en Noorwegen.

*Shen*BUQI® International

WǔXī QìGōng

五息气功

De term QìGōng is een vlag die vele ladingen dekt: van eenvoudige bewegingsvormen tot de medische toepassingen er van, van martiale tot spirituele vormen. In al deze vormen van QìGōng worden dezelfde principes en technieken gehanteerd en worden lichaam en geest in balans gebracht. Het doel van QìGōng is het streven naar een goede gezondheid op fysiek, mentaal als spiritueel gebied.

Tijdens deze "WǔXī QìGōng"-weekends wordt dieper ingegaan op de verschillende aspecten van QìGōng. De activatie en het harmonisch samenwerken van de drie voornaamste energetische centra (dāntián), de spontane interactie tussen stromingen in het energetisch lichaam en fysieke lichaamsbewegingen worden bestudeerd.

Door het openen van het centrale energetisch kanaal (ZhōngMài) ondersteunt WǔXī QìGōng het loslaten van gezondheidsbeschadigende ingeslepen automatismen, gedrags- en denkpatronen.

WǔXī QìGōng helpt het doorbreken van foutieve bewegingspatronen en geeft inzichten in het aannemen van een goede houding in lig, staand en zit. Daarnaast worden de WǔXī QìGōng Dǎoyīn aangeleerd om vrijgekomen gestagneerde ziekmakende afvalstoffen (bìnqì) te verwijderen uit hoofd, ledematen en torso.

*Shen*BUQI® International

Taiji Centrum vzw

Tweebunder 12

2650 Edegem

Tel. +32 (0) 475 810 620

zhengyu1965@gmail.com