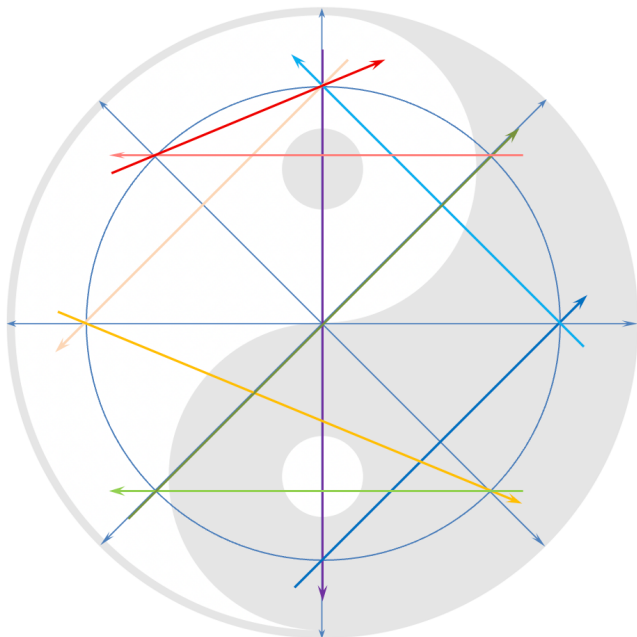


*Shen*BUQI® International
Tàijí ShíSānShì - Tàijí13
太极 十三势
TàijíQuán in essentie



o.l.v.

Shen Zhengyu

☯ TAIJI CENTRUM vzw
taijicentrum2000@gmail.com
www.taijicentrum.org
www.shenbuqi.com

Lessen: donderdag 02/07/2026 10:00-17:00
vrijdag 03/07/2026 10:00-17:00
zaterdag 04/07/2026 10:00-17:00
zondag 05/07/2026 10:00-16:30

Locatie: OLVE Edegem - Polyvalente zaal
Ingang : Gerard de Cremerstraat 22
2650 Edegem België

Registratie: donderdag 02/07/2026 09:30-10:00

Inschrijven: Inschrijven is gewenst.

Prijs: 4d - 300 € / 3d - 240 € / 2d - 170 € / 1d - 90 €
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 Tàijí, Meditatie, Qì-Dǎoyīn, WǔXī QìGōng en *ShenBUQI*® opleidingen in België, Frankrijk, Italië, Nederland en Noorwegen.

*Shen*BUQI® International
TàiJí ShíSānShì - TàiJí13
太极 十三势
TàiJíQuán in essentie

Chinese levensbeschouwing en filosofie ontwikkelde begrippen als Qì, WúJí, TàiJí, YīnYáng, BāGuà (achtvoudige indeling om de realiteit te omschrijven) en WǔXíng (vijf elementenleer).

TàiJíQuán-meesters maakten in de analyse van beweging een indeling die in overeenstemming was met deze begrippen. De studie van vijf richtingen (WǔBù 五步) en acht technieken (BāFǎ 八法) omvat de principiële basiskennis in het bestuderen van beweging en is een gemeenschappelijk uitgangspunt van de verschillende TàiJístijlen en -scholen. Alle TàiJíQuán-bewegingen, de vele technieken en martiale applicaties zijn terug te brengen tot combinaties van TàiJí ShíSānShì - 太极十三势.

Tijdens de zomercursus wordt deze essentie van TàiJíQuán in detail bestudeerd waarbij verschillende houdingen van de NánPài TàiJíQuán 37 onder de loep worden genomen. Qì-stroming in het lichaam wordt bevorderd en heeft een gunstige invloed op de lichamelijke, emotionele en mentale gezondheid.

Kennis van TàiJí ChángQuán 108 (de lange vorm) en/of NánPài TàiJíQuán 37 (de korte vorm) is niet noodzakelijk maar aangeraden.

Beginnende studenten maken kennis met TàiJíQuán. Gevorderde studenten verdiepen hun kennis en ervaring.

Van harte welkom

*Shen*BUQI® International
Taiji Centrum vzw
Tweebunder 12
2650 Edegem
Tel. +32 (0) 475 810 620
zhengyu1965@gmail.com
jefsmits105@gmail.com

