



Master Li Jing

Radionica Qigonga



Listening to the Heart (sitting form) & Heart Mind as One (standing)

Zagreb, 12. – 13. 04. 2014.

Master Li Jing je rođena u Pekingu. Borilačke vještine Wushu je počela učiti veoma rano od svog oca, poznatog učitelja **Li Jun Fenga** koji je također već nekoliko puta bio u prilici podučavati u Zagrebu i Hrvatskoj. Na internacionalnim natjecanjima Jing (Jing u prijevodu znači mir) je osvojila dvije zlatne i jednu srebrnu medalju nastupajući za glasoviti kineski nacionalni Beijing Wushu Team. **Jing** je jedan od nosioca učenja Sheng Zhen Qi Gong, koje je naslijedila od svog oca, majstora Li Jun Fenga.

Za više informacija: <http://www.lijing.org>.

Sheng Zhen Gong cjelovito pristupa i vodi iscjeljenju tijela, emocija i duha. Vježbajući osnažujemo i usklađujemo tijelo kroz relaksirani pokret gdje je uz naglašenu otvorenost tijela, srca i uma moguće ostvariti najveću vezu nebo-čovjek-zemlja i tako se postupno razvija „dobar“ osjećaj, osjećaj jedinstva (prisustva) s cijelim svemirom.

Za više informacija: <http://www.shengzhen.org>.

Osnovna tema radionice je učenje jedne uz ponavljanje druge forme sa naglaskom na temeljne principe po kojima su se razvile razne forme i sustavi qigonga (setovi, stilovi).

[...] The heart has no thoughts. No mind [...]

Do this practice with a spirit of openness.

(Knjiga: A Return to Oneness, Listening to the heart form)

Uz dosta ponavljanja i korekcije moguće je u toku radionice pamti formu uz mogućnost da se nastavi vježbati u okviru redovnog vježbanja.



Jedna forma od dvije koje će se vježbati tokom radionice se radi u sjedećem položaju s toga je poželjno da ponesite sa sobom prostirku, dekiću ili jastuk, bit će vam ugodnije i udobnije za sjediti.

Program radionice

Subota, 12.04.2014: 14:30 – 17:00; 17:30 – 20:00
Nedjelja, 13.04.2014: 09:30 – 12:00; 13:30 – 16:00

Mjesto održavanja radionice:

Osnovna Škola BUKOVAC
Trnac 42 – ZAGREB



Cijena radionice:

Subota i nedjelja: zaposleni 70 €
ostali (umirovljenici, studenti, nezaposleni) 60 €
Članovi Udruge: zaposleni 60 €
ostali 50 €

Poželjno je da se prijava veže uz oba dana radionice, no iznimno u slučaju nemogućnosti, moguće je prisustvovati samo jedan dan uz cijenu bez popusta.

Cijena za jedan dan (subota ili nedjelja): 35 € za sve.

Da bi ostvarili popust u ovoj i svim radionicama tokom godine, molimo vas da podmirite godišnju članarinu ukoliko to već niste učinili tokom održavanja redovnih treninga ili na radionici. Godišnja članarina za 2014. daje popust i za ovaj seminar (za nove članove). Godišnja članarina Udruge "Chen Xiaowang Taijiquan Hrvatska" iznosi 20 eura ili 150 kuna.

Uplatu za Radionicu potrebno je izvršiti po dolasku na seminar.

Molimo da što prije potvrdite dolazak na Radionicu !

Za polaznike koji nisu iz Zagreba, moguće je osigurati smještaj kod naših članova, uz prethodnu najavu za dolazak.

Cijeloj radionici mogu prisustvovati SVI bez obzira na predhodno znanje i iskustvo.

Informacije:

095/5575454
shengzhen.hr@gmail.com

Srdačan pozdrav
Jasminko&Co

