

# FORMACIÓN EN QI GONG

## ESTILO HUN YUAN

### ¿A quién va dirigido?

- A cualquier persona interesada en conocer y practicar en profundidad esta disciplina.
- A aquellos practicantes que no pueden asistir a clases durante la semana o que deseen profundizar en la práctica.

No es necesaria experiencia previa.

### ¿Quién lo imparte?

Ana M<sup>a</sup> López Villán, Directora del Centro Wutan Córdoba, Discípula directa del Maestro Pedro Valencia, representante del linaje del estilo Hun Yuan, Entrenadora Nacional nivel II y cinturón negro 2º Dan en Hun Yuan Neigong, con más de quince años de experiencia en la práctica y enseñanza de Taiji Quan y Qi Gong.

### Titulaciones

La realización con aprovechamiento de esta formación capacita para optar a la titulación de **Monitor/a en Nei Gong Qi Gong**, expedida por la Federación Española de Luchas Olímpicas y Disciplinas Asociadas (FELUCHA) y reconocida por el Consejo Superior de Deportes, **previa superación de los exámenes convocados por dicha Federación a tal efecto.**

### Estructura y duración de la formación

La formación se estructura en módulos independientes, que se imparten de forma ininterrumpida en ciclos de dos años, **un sábado al mes, de Septiembre a Julio, en horario de 10:00 a 14:30, salvo los meses que hay curso del Maestro Pedro Valencia.**

Este sistema permite:

- La incorporación en el momento que se desee.
- La elección del plazo para completar la formación.
- En el caso de personas que no estén interesados en la titulación, o para aquellas que consideren que todavía no han alcanzado el nivel adecuado en alguna materia objeto de examen, la posibilidad de asistir solo a determinados seminarios.



## Programa de Formación

---

El objetivo de este programa es mostrar de forma eminentemente práctica un método correcto para conocer y saber diferenciar los distintos sistemas de Qi Gong y adquirir dominio de los movimientos mecánicos y energéticos de nuestro estilo, Chen Shi Xin Yi Hun Yuan Taiji Quan, para poder utilizarlos como práctica personal o para dar clase.

En el ámbito teórico se seguirá el libro “Manual de conceptos básicos para el estudio del Hun Yuan Taichi Chuan”, más los materiales que se entregarán con contenido extra sobre cada materia.

Los módulos son los siguientes:

- 1.- **Mapu** (Wuji Zhuang). Respiración espinal. Respiración de huesos.  
Pautas de práctica. Principios del Qi Gong. Unificación de los tres sentidos.
- 2.- **Fan Song Gong** (Cultivo de la relajación consciente). Teoría del Yin-Yang.
- 3.- **Hun Yuan Qi Gong** (Cultivo de los Tres Tesoros). Teoría y práctica.
- 4.- **Chan Sy Gong** (El hilado de la seda). Teoría y práctica.
- 5.- **Automasaje**. Meridianos y canales.
- 6.- **Trece bases**. Teoría y práctica.
- 7.- **Pre-examen**. Resolución de exámenes. Clases prácticas y simulacros.
- 8.- **Cinco Elementos**. Teoría y práctica.
- 9.- **Qi Gong de la Armonía**. Teoría de chakras.
- 10.- **Bastones cortos**. Respiración del Tan Tien medio.
- 11.- **Tai Li Gong** (Qi Gong de la Gran Potencia). Respiración de riñones.  
Tipos de Qi. Tres Tesoros.
- 12.- **Taoín** (Conducción y guía del Qi). San Jiao. Meridianos.
- 13.- **Sonidos curativos**. Meditación. Alquimia Taoísta.
- 14.- **Seis conjunciones**. Nueve estructuras.

## Ciclo de seminarios

---

### 1er Año

Septiembre	* Mapu
Octubre	Tai Li Gong
Noviembre	* Fan Song Gong
Diciembre	Qi Gong de la Armonía
Enero	* Chan Sy Gong
Febrero	* Curso del Maestro
Marzo	* Hun Yuan Qi Gong
Abril	Cinco elementos
Mayo	* Trece bases
Junio	* Curso del Maestro
Julio	* Pre-examen

**Cada mes de Julio se publican las fechas y el contenido de los seminarios de la temporada siguiente.**



## Precios y condiciones

---

Cada seminario tiene un precio de 50€ y solo se imparte si hay al menos tres personas. Este precio incluye los materiales en soporte electrónico necesarios para la realización del mismo y la invitación para asistir a la clase de Qi Gong y Meditación del viernes previo, de 19:00 a 20:00.

Además, se pueden consultar dudas vía correo electrónico o whatsapp en cualquier momento.

Es imprescindible hacer una reserva de 20€ la semana anterior, que se descuenta del precio del seminario y no se devuelve en ningún caso, salvo si el seminario no se imparte.

Los cursos del Maestro Pedro Valencia tienen un precio diferente, a determinar según la fecha.

Para los alumn@s del Centro Wutan Córdoba que asisten regularmente a las clases de Qi Gong y/o Taiji Quan, o bien realizan otro curso de formación, el precio es de 30 €/seminario.

Todos los alumn@s deben hacerse soci@-colaborador de la Fundación Hun Yuan España (40€/año) para:

- Recibir el libro “Manual de conceptos básicos para el estudio del Hun Yuan Taiji Quan”
- Tener acceso a materiales audiovisuales de apoyo a través del área de socios de la web nacional.
- Optar al diploma de Monitor expedido por la Fundación Hun Yuan.
- Tener preferencia, descuentos y becas para asistir a los seminarios y campamentos del Maestro Pedro Valencia (presidente del tribunal del examen federativo del Hun Yuan Nei Gong).

### Los interesados en la obtención del título federativo deben cumplir unas condiciones adicionales para acceder a examen:

- Haber cursado todos los seminarios de examen (marcados con un asterisco) **con un nivel adecuado de aprovechamiento**. Tras cada seminario se valora el progreso de cada alumn@ y si no es el adecuado, se estudia la solución, que puede incluir la repetición de uno o más seminarios.
- Estar federados durante el año en que se accede a examen.



## **Nota importante**

---

Con el fin de garantizar la seriedad y la calidad de la formación, la Fundación Hun Yuan y el Maestro Pedro Valencia solo autorizan y respaldan a profesores veteranos, con amplia experiencia personal en las prácticas, para impartir los seminarios que conforman este programa.

Recordamos que esta formación se enfoca principalmente a personas que no tienen posibilidad de acudir regularmente a clases para practicar o a alumnos que quieren complementar y reforzar su aprendizaje. Esta formación no es una vía única ni obligatoria para la obtención de las titulaciones citadas.

Todos los alumnos que pueden asistir a las clases de nuestro centro con regularidad, pueden seguir completando su formación a través de estas clases regulares y pueden presentarse a los exámenes federativos cuando cumplen los requisitos necesarios.

