

СЕМИНАР ПО ТАЙЦЗИ-ЦЮАНЬ И ЦИГУН В СИМФЕРОПЕЛЕ



Вы хотите начать заниматься тайцзи-цюань? Приглашаем на наш базовый семинар по тайцзи-цюань и цигун. Это прекрасная возможность начать практику и заложить крепкую базу.

Также семинар будет полезен всем практикующим, желающим восполнить пробелы в понимании базовых принципов тайцзи-цюань, выучить или отшлифовать комплекс 36

форм стиля Ян, познакомиться с основными техниками толкающих рук.

Семинар пройдет по **новой программе** и будет состоять из двух частей традиционной тренировки и творческой мастерской.

Подробнее о других наших семинарах: www.taichi.crimea.ua

В программе:

- **Постановка внутренней структуры тайцзи-цюань** - принципы постановки тела. Новые технологии позволяют выставить структуру даже в особо сложных случаях.
- **Сокращенный комплекс тайцзи-цюань (36 форм стиля Ян)** – изучение и детальный разбор первой дорожки.
- **Боевые применения комплекса** - техники первого уровня для изученных форм.
- **Тайцзи-цигун** – формальные практики.
- **Толкающие руки** – формы классического туйшоу для двух рук.

* Семинар проводится в соответствии с «Методической программой нулевого «года» обучения» и программой «Секреты внутренней структуры тайцзи-цюань».

* Все участники семинара при условии предварительной регистрации получают диск с учебными материалами и соответствующий сертификат.

Место и время проведения:

- Семинар пройдет в Симферополе.
- Семинар будет проходить в течение двух дней 28 и 29 января.

Первый день (суббота):

- 9.00 – 12.00. Традиционная тренировка.
- 12.00 – 13.00. Перерыв, неформальное общение с преподавателем (можно брать термос, бутерброды, сладкое).
- 13.00 – 16.00. Творческая мастерская.
- 16.00 – 17.00. Время для вопросов и консультаций.

Второй день (воскресенье):

- 9.00 – 12.00. Традиционная тренировка.
- 12.00 – 13.00. Перерыв, неформальное общение с преподавателем (можно брать термос, бутерброды, сладкое).
- 13.00 – 16.00. Творческая мастерская.
- 16.00 – 18.00. Время для вопросов и консультаций.

Ведущий:

Дмитрий Константинович Томилов - мастер тайцзи-цюань, президент Федерации тайцзи-цюань, председатель КРО Украинской федерации ушу.

Размещение:

Семинар проходит в Симферополе. Иногородние участники размещаются самостоятельно.

Если у вас возникли трудности с размещением - напишите нам по электронной почте (только заранее) – мы поможем подобрать жилье с учетом ваших пожеланий.

Регистрация и оплата:

Для предварительной регистрации на семинаре необходимо зарегистрироваться по тел.: 095-541-74-57 или e-mail: katsev@mail.ru.

Взнос за участие 30 евро. Взнос вносится в первый день семинара.

* Видео и фото съемка семинара и участников семинара возможно только по согласованию с организаторами. Договоритесь об этом заранее.

* По окончании семинара, пожалуйста, оставьте свой отзыв. Это возможность сделать следующий семинар лучше и выразить свое уважение организаторам.

