

# CHI KUNG – INFORMACIÓN PRÓXIMO CURSO – 2018/19

JANÚ RUIZ: Janu@chikungtaojanu.com - www.chikungtaojanu.com - 656 676 231 / 914 131 421 – Madrid



*“Cuando hago Chi Kung por momentos desaparezco  
y es en esos momentos cuando más presente estoy”*

## LAS CLASES COMIENZAN A PARTIR DEL 2 DE OCTUBRE

**HORARIOS DE CLASES EN MADRID - NOVEDADES INTERESANTES - CONSULTAS - CURSOS**

INTERESADOS, POR FAVOR **CONFIRMAR ASISTENCIA** POR EMAIL O TELÉFONO

### **CLASES SEMANALES:**

**Centro: “Vitam – terapias alternativas” – C/ Montera, 24 / 1º E – (Sol)**

**Martes:** de 18:30 a 20:30 h - Chi Kung / Qi Gong – Janú Ruiz

**Centro: "Mandala" - C/ Cabeza, 15 / 2º dcha. – (Tirso de Molina)**

**Miércoles:** de 10:00 a 12:00 h - Chi kung / Qi Gong – Janú Ruiz

**Miércoles:** de 18:30 a 20:30 h - Chi Kung / Qi Gong – Janú Ruiz

**Centro: “Vida y Despertar” - C/ Rodriguez San Pedro, 65 / Bº 3 - (Argüelles)**

**Jueves:** de 10:00 a 12:00 h - Chi kung / Qi Gong – Janú Ruiz

**Jueves:** de 18:30 a 20:30 h - Chi Kung / Qi Gong) – Janú Ruiz

**Escuela: “Chan Wu – escuela de cultura tradicional China” – C/ Cáceres 49 – (Delicias)**

**Martes:** de 10:00 a 12:00 h - Chi Kung – Imparten la clase el maestro Lin Xiao Hu y Janú Ruiz – (90€ mes)

**Viernes:** de 10:00 a 12:00 h - Chi Kung – Imparten la clase el maestro Lin Xiao Hu y Janú Ruiz – (90€ mes)

## PRECIOS DE LAS CLASES POR MES:

- \* **Clases de Chi Kung:** 2 h por semana - 65€ mes
- \* **2 días por semana:** clases de 2 h - 100€ mes
- \* **Clases sueltas:** 20€ la clase de 2 h – (La asistencia a clases sueltas deberá tratarse previamente con el profesor).
- \* **Clase de prueba:** 20€
- \* **Asistencia:** Cuando el alumno no pueda asistir a una clase la podrá recuperar cualquier otro día en alguno de los diferentes horarios que se ofrecen en los diferentes centros.
- \* **Forma de pago:** el alumno podrá elegir entre las diferentes formas de pago que se ofrecen. Las cuotas se abonarán en la primera clase de cada mes si la forma de pago es mensual, o al comienzo del periodo elegido.
- **Mensual:** 65€ mes
- **Trimestral:** 180€ trimestre
- **9 Meses:** 500€ anual

(Condiciones aplicables a las clases que imparte Janú Ruiz, no a las de la Escuela Chan Wu)

## NOVEDADES INTERESANTES:

### - Formación de profesores de Chi Kung y formación en masaje Tui Na:

El nuevo ciclo dará comienzo el día 20 de Octubre de 2018 para los alumnos matriculados en el curso de Xiao Yao y el 21 para el curso de Chi Kung Terapéutico. Los alumnos de Tui Na comienzan el 27 de Octubre.

(Más información en [www.chikungtaojanu.com](http://www.chikungtaojanu.com) - formación de profesores)

### - Clases regulares:

Las clases de Chi kung están orientadas a tratar temas beneficiosos para todos, cultivando tanto el aspecto físico como energético y espiritual del Ser Humano, trabajando sobre nuestro cuerpo con atención, amor y consciencia, para ello utilizamos: estiramientos, ejercicios de Chi Kung, meditación, respiraciones y prácticas de Alquimia Interna.

También nos centramos en los aspectos que están relacionados con nuestras energías en el momento presente, el ser humano vive en relación con la naturaleza y esta impone sus ciclos, haciendo que en cada momento del año estemos más fuertes en ciertos aspectos de nuestra salud y más vulnerables en otros, al comprender mejor nuestra relación con los ritmos naturales, sabremos con más claridad lo que nos conviene hacer para sentirnos mejor.

En las clases creamos un espacio donde poder SER y descubrir lo que realmente somos, ante esta visión de lo que somos, aquello que nos aflige cede su lugar a una comprensión y una experiencia directa de quién soy, este principio de encuentro con lo que soy nos lleva a vivir la vida de una manera más consciente y plena.

*Las clases regulares son un espacio abierto a las necesidades de cada alumno, donde exponer nuestras dudas y aquellas cuestiones que nos afectan sobre la salud o lo cotidiano, creando un tiempo amable de encuentro, con la intención de hacer mejor nuestro paso por el mundo....*

## CONSULTAS y TERAPIAS:

**\*(Interesados solicitar más información por teléfono o email)**

### - Clases particulares:

Las clases particulares son una excelente forma de adquirir un conocimiento directo y personalizado del Chi Kung, en función de las propias necesidades de quien lo solicita.

La dedicación exclusiva que recibe el alumno y el ambiente de concentración en el que se desarrolla la clase, hacen que este encuentro sea mucho más provechoso al profundizar individualmente en aquellos aspectos que el alumno necesita, ya sea para su formación o por temas de salud o crecimiento personal.

Las clases particulares son de una hora de duración, empleando el tiempo suficiente para tratar todos los detalles del aprendizaje y solucionar las posibles dudas que puedan surgir.

*\* El precio de cada clase es de 40€ para una persona y 60€ por pareja. Los días y horarios de las clases se acordarán entre el alumno y el profesor.*

### - Osteopatía:

La Osteopatía es una terapia manual no agresiva que busca devolver la movilidad a aquellas partes de nuestro cuerpo que la han perdido o donde se encuentre reducida, esto ocasiona bloqueos de energía, dolores y limitación en las articulaciones.

La vida se caracteriza por el movimiento, allí dónde hay vida hay movimiento y donde no hay movimiento la vida desaparece. El cuerpo está hecho para servirnos como vehículo y por lo tanto es necesario que todas sus partes gocen de una buena movilidad.

La sangre debe circular bien, las articulaciones deben tener un buen movimiento, los músculos deben estar flexibles, los órganos deben de poderse deslizar entre sí para realizar bien sus funciones y las fascias tienen que permitir que todos esos movimientos se realicen con facilidad, de todo ello se ocupa la Osteopatía

**“La Osteopatía trata toda la estructura corporal para devolver al cuerpo a su equilibrio natural y con ello despertar los mecanismos de auto recuperación que nos conducen a la salud”**

*\* Las sesiones son de una hora de duración. El precio es de 50€ - (40€ para los alumnos). Concertar cita previa.*

### - Terapia Craneosacral:

La terapia Craneosacral se basa en los movimientos que se despiertan en nuestro cuerpo a partir de la producción del líquido cefalorraquídeo en el interior del cráneo. Este precioso líquido, uno de los más puros del cuerpo es el sustento y protección del sistema nervioso central, el cerebro y la médula espinal están bañados en él.

Este líquido se produce con un determinado ritmo y pone en movimiento todas las estructuras del cuerpo a través de las fascias con un ritmo entre 6 y 9 veces por minuto. Este movimiento es propiciado por las fuerzas que impulsan a la propia vida en su origen y es el centro de todos los demás movimientos que suceden en el cuerpo, incluyendo a los órganos, los huesos y la fascias.

Tiene una relación directa con el sistema inmunológico, con alteraciones del carácter, dolores de cabeza, desajustes de la pelvis y el sacro y con desarreglos hormonales, pues está conectado con la glándula Hipófisis y con bloqueos de energía en la pelvis, y tensiones en el diafragma.

**Esta terapia es de una sutileza y una profundidad inigualable, facilita que el propio cuerpo encuentre su equilibrio liberando las tensiones mediante los movimientos naturales de las fascias y las articulaciones, para ello el terapeuta con sus manos, acompaña con suma delicadeza estos movimientos hasta sentir que la zona se libera de tensiones y la energía vuelve a fluir.**

*\* Las sesiones son de una hora de duración. El precio es de 50€ - (40€ para los alumnos). Concertar cita previa.*

### - Acupuntura y Medicina China:

La Medicina Tradicional China utiliza la Acupuntura para tratar los desequilibrios de la energía en el cuerpo y en la mente, y es una de las formas de medicina más antiguas que conocemos.

Trata al ser humano en su totalidad, con una visión holística, tomando en cuenta nuestra relación con la naturaleza y devolviendo el equilibrio a las energías que circulan en nuestro cuerpo y que favorecen el estado de salud.

La Acupuntura se muestra muy eficaz en el tratamiento de:

Dolores musculares y articulares, mejora el funcionamiento de todos los sistemas orgánicos, problemas digestivos y respiratorios, estreñimiento, malas digestiones, problemas de la piel, ansiedad, estrés, desarreglos nerviosos y hormonales, insomnio, irritabilidad, pérdida de memoria, cansancio y falta de energía, entre otros.

**El 16 de noviembre de 2010, la Unesco declaró la Acupuntura y la Moxibustión chinas como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad.**

*\* Las sesiones son de una hora de duración. El precio es de 40€ - (30€ para los alumnos). Concertar cita previa.*





**CURSOS - CALENDARIO: (Más información en la WEB – Cursos Mensuales y Formación de Profesores)**

**Para el año 2018-19:**

- 20 de Octubre 2018: XIAO YAO QI GONG
- 21 de Octubre 2018: Ba Duan Jin (Las Ocho Joyas) - CHI KUNG GENERAL
- 17 de Noviembre 2018: XIAO YAO QI GONG
- 18 de Noviembre 2018: Chi Kung del Tigre Blanco - PARA LOS PULMONES
- \* 6,7,8 y 9 de Diciembre 2018: CHI KUNG DE LAS 18 MANOS DE LOHAN (1ª Parte) – 450€
- 15 de Diciembre 2018: XIAO YAO QI GONG
- 16 de Diciembre 2018: Chi Kung de Torsiones - PARA LOS HUESOS
- 19 de Enero 2019: XIAO YAO QI GONG
- 20 de Enero 2019: Chi Kung del Dragón de Agua - PARA LOS RIÑONES
- 16 de Febrero 2019: XIAO YAO QI GONG
- 17 de Febrero 2019: Meridianos Tendinomusculares - PARA LOS TENDONES
- 16 de Marzo 2019: XIAO YAO QI GONG
- 17 de Marzo 2019: Chi Kung del Bosque de Bambú - PARA EL HIGADO
- 13 de Abril 2019: XIAO YAO QI GONG
- 14 de Abril 2019: Wu Dang Yang Gong - QI GONG DE LOS OJOS
- \* 18,19,20 y 21 de Abril: CHI KUNG DE LAS 18 MANOS DE LOHAN (2ª Parte) – 450€
- 18 de Mayo 2019: XIAO YAO QI GONG
- 19 de Mayo 2019: Chi Kung del Ave Fénix - PARA EL ESTOMAGO
- 15 de Junio 2019: XIAO YAO QI GONG
- 16 de Junio 2019: Chi Kung del Loto Rojo - PARA EL CORAZON

**\* El precio para los seminarios de un día es de 160€**

**(Para descuentos especiales y condiciones de pago, consultar en la WEB: Cursos y Formaciones)**



*Espero que esta información te resulte de interés. Recibe un cordial saludo,*

*Jani Ruiz*