

# SYSTÉM UNIVERZÁLNE LIEČIVÉ TAO



## METODICKÝ KURZ TAIČIČIKUNG I - FORMA 13 TICH POHYBOV VÍKENDOVÝ KURZ ŠKOLY TAOJOGY

22.-23.FEBRUÁR 2014

**TAIČIČIKUNG I forma je veľmi praktická varianta Taiči šitá na mieru pre každodenné cvičenie. Je nenáročná na priestor a zároveň na zapamätanie si 13 tich esenciálnych pohybov. To umožní v krátkom čase praktikujúcemu spoznať vnútornú štruktúru Taiči a neskôr princípy Taiči.**

Jedná sa o cvičenia, ktoré si vhodné bez obmedzenia na vek, nakoľko sa cvičí pomaly, tak sa nezaťažuje srdce a celková činnosť srdca, ale naopak posilňuje sa srdce, celková imunita človeka. **Taiči je známe ako cvičenie pre dlhovekosť a sebaobranu.**

**Cez pohybové energetizujúce meditácie Taičičikungu** môžeme integrovať do pohybu, čo sme sa naučili v sede a v stoj meditáciách. Po osvojení si formy a princípov Taiči môžeme postupne aplikovať tieto do všetkých pohybov v našom každodennom živote. Pri chôdzi, pri umývaní riadu, pri upratovaní.

**Prečo praktizovať Taičičikungu?** Okrem toho, že sa dá praktikovať dlhodobo a pre jeho ľadnosť a krásu, formuje správny postoj, držanie tela, pohybová meditácia generuje stav seba cítenia a pozornosti voči držaniu tela. Pri cvičení postupne vedome prispôsobujeme náš postoj, pokiaľ správne štrukturálne prepojenie sa stane pre nás prirodzeným. Toto má okamžitý dopad na našu psychiku a emočný stav. Taktiež kvôli zdravému energetickému obehu. Taoisti odpozorovali, že zlá cirkulácia energie je hlavnou príčinou choroby. Taiči ma silný regeneračný účinok pre nervový systém, ktorý je silne atakovaný v dôsledku znečistenia prostredia, negatívnych emócií a hluku. Eliminuje chronické choroby. Čistí od negatívnych emócií, aplikovaním vnútorného úsmevu sa uvoľňuje napätie spôsobené negatívnymi emóciami, zároveň je možné usmerniť liečivú energiu do miesta, ktoré je potrebné liečiť. Taiči podporuje vyživuje šľachy, svaly a cirkuláciu Chi. Praktikovaním železnej košeľe sa spevňujú šľachy, čo umožňuje relaxovať svaly čo najviac, v Taiči sa učíme pohybovať tak, že šľachy držia pozíciu a svaly sú relaxované. Relaxované svalstvo umožňuje pre fascie prenášať viac elektrických impulzov a viac životnej sily a tým sa zabezpečí vnútorná sila-



**22. Február sobota Taičičikung I od 09 15 - 17 00**

**23. Február nedeľa Taičičikung I od 09 00 - 17 00 cena 100,- EUR**

**V cene kurzu je zahrnutý teoretický výklad pohybov, praktické techniky.**

Kurz predstavuje vnorenie sa fyzických cvičení systému Univerzálne Liečivé Tao. Je určený rovnako pre začiatočníkov ako aj pre mierne pokročilých. Kurz je súčasťou Inštruktorskej školy Taojogy a zapisuje sa do indexu

**MIESTO:** Kremnická 26, Bratislava-Petržalka

**LEKTOR:** Mgr. Július Masarovič  
medzinárodne certifikovaný inštruktor systému Univerzálne Liečivé Tao  
**LEKTOR-asistent:** Mgr. Martina Medvecká  
Asociovaná inštruktorka systému Univerzálne Liečivé Tao

**Registrácia a platby:**

**NA KURZ JE POTREBNÉ SA ZAREGISTROVAŤ SPATNE MAILOM, TELEFONICKY ALEBO OSOBNE.**

[taojoga@taojoga.sk](mailto:taojoga@taojoga.sk), [taojogask@gmail.com](mailto:taojogask@gmail.com), +421 905 253 978, +421 917 974 551

Zároveň je potrebné **NAJNESKOR DO 5. FEBRUÁRA** osobne zaplatiť alebo vložiť na bankový účet nevratnú registračnú zálohu kurzovného vo výške 30,- EUR. Zbytok kurzovného sa platí na mieste pri registrácii.

**Názov bankového účtu:**

Mgr. Julius Masarovič - Liečivá Tao Alchýmia  
číslo účtu: 262 581 8442 Kód banky 1100 - Tatrabanka  
do poznámky uviesť meno účastníka a názov kurzu

**ODPORÚČANÁ LITERATÚRA:**

