

**Wu Shu - Kung Fu - MURCIA – Tai Chi – Chi Kung**  
**(Artes Marciales de China)**

**WU(SHU) KWON 武(術)馆**

**(ESCUELA TRADICIONAL)**

**ACTUALIZACIÓN CURSO 2014 – 15**

**INSTITUTO DE CHI KUNG CHAN HEUNG (QI GONG) DE**  
**ASOCIACIÓN DEPORTIVA SOCIO-CULTURAL CHAN HEUNG**  
**MURCIA – Spain**

陳享公



**中國武術史 Zhonguo Wu Shu Shi (sistema tradicional puro)**

**蔡李佛功夫**

**CHOY LEE FUT - KUNG FU**

**现代 武术 Xiandai Wu Shu (deportivo moderno - contemporáneo)**

**太极拳 TAI CHI CHUAN y CHI KUNG**



(Basada e inspirada en trabajos de las Comisiones Nacionales de Cultura Física y Deportes de CHINA - I.W.U.F. – C.W.A. – E.W.U.F. – C.L.F.M.A.F. etc.). Nuestra página Web:

<http://www.taichichuanoficialmurciawushu.com/>

**(En plena naturaleza, como acostumbran los grupos “ZHAN” de practicantes”WUXIA´S” al modo tradicional en CHINA)**

# ESCUELA DE ARTES MARCIALES Y CULTURA CHINA 西班牙中国文化武术学校



IZQUIERDA: PUERTA DE ENTRADA AL COMPLEJO DEL MONASTERIO DE SHAOLIN (MONTAÑA SHONG – HENAN, CONSTRUCCIÓN MODERNA) /  
DERECHA: GRAN PABELLÓN DEL PALACIO DE LA NUBE PÚRPURA,  
(MONTAÑAS WUDANG – DINASTÍA SONG 960 -1279)

## Propuestas de actividades

**SEMINARIOS ESPECIALES TODOS LOS SÁBADOS NO FESTIVOS POR LAS MAÑANAS, TAMBIÉN GRUPOS DE CLASES REGULARES: MIÉRCOLES POR LAS MAÑANAS, LUNES o MARTES Y JUEVES POR LAS TARDES Y POR LAS NOCHES (desde Septiembre a Junio - Julio según grupos):**

**Principal “Zhan” Círculo de prácticas**

**Jardín botánico - Parque EL MALECÓN - Murcia:**

**(Excepcionalmente por motivos de agenda federativa, eventos importantes, festividades locales o nacionales, etc. Alguna clase o seminario podrá suspenderse,**

**CONSULTE EN: 699 827 966 – (“LAOSHI” 老師= profesor)**

**CURSO 2014 – 15 CONVENIOS CON CENTROS CULTURALES Y GRUPOS DE PRÁCTICAS “ZHAN”:**

**Asociación Deportiva Socio-Cultural**

**CHAN HEUNG Murcia - España (Sistemas de enseñanza CHAN HEUNG)**

**Escuelas de Wu Shu: Choy Li Fut - Kung Fu, Tai Chi Chuan y Chi Kung**

**LOS ÚLTIMOS SÁBADOS DE CADA MES “Especiales de Post-gradados”: Tai Chi Chuan TUI SHOU, TAICHI AUTODEFENSA y LUOHAN QIGONG (Chi Kung) + Reciclaje Cinturones NEGROS.**

***(Grupos federados (OPCIONAL), ENSEÑANZA OFICIAL, todos los niveles):***

**Lugar habitual de prácticas: Jardín botánico, puerta huerto de los Cipreses, junto al monolito de la DAMA DE ELCHE y puerta del huerto de las Bombas, frente al BAOBAR.**

**Parque del Malecón 30.004 MURCIA.**

## **Seminarios**



**SOLO PARA ADULT@S Y MENORES AUTORIZADOS Y ACOMPAÑADOS.**  
**NO SON NECESARIOS CONOCIMIENTOS PREVIOS - Iniciación-**

**Modalidades: TAICHI CHUAN, CHI KUNG, CHOY LEE FUT - KUNG FU, AUTODEFENSA, BING HEE-QI XIÉ (armas del Wushu - Kung Fu tradicionales y modernas)**

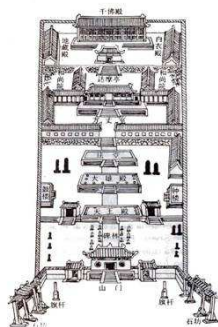
**Horario SÁBADOS:** de 8:00 a 11:00 (Grupo especial TAICHI CHUAN – CHI KUNG), o de 9:00 a 12:00 horas (Grupo general de CHOY LI FUT – KUNG FU y resto de WUSHU). **Contribución:** 25 € (1 seminario).

***(Nota: En caso de lluvias o temporal de ventisca, se realizarán donde cruza la autovía con el paseo del Malecón “bajo el techado de la misma autovía”.)***

**Estos seminarios estarán dirigidos por un Profesor Titulado y Colegiado en:**  
**(Departamento Nacional de Wu Shu y Tai Chi – Colegio Técnico de la Escuela Federativa Nacional (R.F.E.J.Y.D.A. - C.S.D.)**

(DESCUENTOS Y CUOTAS ESPECIALES EN LOS SEMINARIOS DE LOS SÁBADOS SI FORMA PARTE DE ALGUNO DE NUESTROS GRUPOS DE PRÁCTICA REGULAR, O ASISTE A TODOS ELLOS).

**ESCUELA FEDERATIVA SUPERIOR DE WUSHU –**  
**KUNG FU - ASOCIACIÓN DEPORTIVA Y SOCIO-**  
**CULTURAL CHAN HEUNG - MURCIA**



少林寺

**INFORMATIVO SOBRE HORARIOS Y DÍAS:**

**En MURCIA:**

**CLASES MATINALES:**

**de Taichi Chuan, Chi Kung y Choy Li Fut – Kung Fu (Wushu):**

**- Grupo (EXCLUSIVO DE ADULTOS) del Malecón:**

Lugar habitual: Jardín del Malecón, junto al Arco (Puerta del Huerto de las Bombas)

Día y horario: **MIÉRCOLES**, desde las 09:30 a las 11:30 h.

**CLASES TARDES:**

**(Nuevo grupo exclusivo de adultos dirigido por Christianne)**

Lugar habitual: Jardín del Malecón, junto al Arco (Puerta del Huerto de las Bombas)

Días y horarios: **LUNES Y JUEVES** de **17:00 a 18:00** horas.

**CONSULTE EN: 627 005 370**– (“LAOSHIP” 老師= profesor)

**CHRISTIANNE.**

---

**CLASES NOCHES:**

**(Nuevo grupo exclusivo de adultos dirigido por Pedro)**

Lugar habitual: Jardín del Malecón,  
junto al Arco (Puerta del Huerto de las Bombas)

Días y horarios: **MARTES Y JUEVES** desde las **20:30 a las 21:30** horas.

---

*(Nota: En caso de lluvias o temporal de ventisca, los entrenamientos se realizarían donde cruza la autovía con el paseo del Malecón “bajo el techado de la misma autovía”).*

### **Nuevos Grupos de CLASES (solo para adultos)**

#### **EN MOLINA DE SEGURA:**

**Mañanas los MARTES Y JUEVES 9:30 - 11:00,**  
**Noches los LUNES Y MIÉRCOLES 19:00 - 20:30**  
**horas.**

**(horarios provisionales “CONSULTAR”**

**699 827 966** – (“LAOSHI” 老師= profesor)).

### **CLASES ESPECIALES** Artes Marciales Chinas:

#### **Nuevo: BENIEL / ALQUERÍAS**

**TAI CHI CHUAN** (Taiji Quan) **y CHI KUNG** (Qi Gong).

**-Clases Tardes: LUNES de 18:30 a 20:30 h.**

**(Grupo en formación y horarios provisionales)**

**Interesad@s contactar al teléfono de la**  
**Asociación: 699 827 966**

### **CLASES ESPECIALES** Artes Marciales Chinas:

#### **Nuevo: BLANCA “Escuela Municipal”**

**Lugar: Parque de LAS CUEVAS y Polideportivo Municipal**

**CHOY LEE FUT – KUNG FU, TAI CHI CHUAN** (Taiji Quan) **y CHI KUNG** (Qi Gong).

**-Clases Tardes: VIERNES de 18:00 a 20:00 h.**

**(Grupo en formación y horarios provisionales)**

---



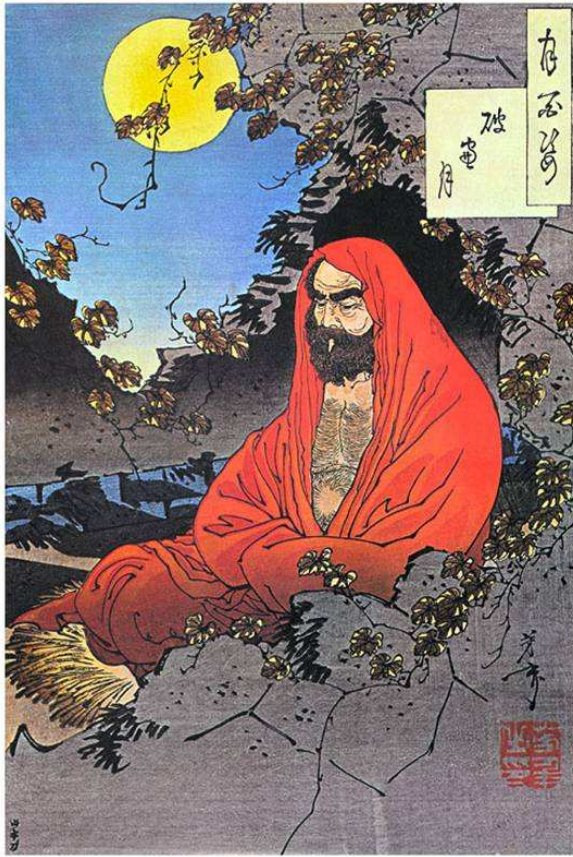


Imagen de Boddhidharma meditando.

[A continuación](#) están los programas de formación progresivos. Para el aprendizaje de una determinada materia, es imprescindible el conocimiento de todo el programa anterior.

Enseñanza según nivel técnico INDIVIDUALIZADA (ficha y dossier personalizado), continuo RECICLAJE al inicio de cada seminario. Se podrá trabajar DESDE LO MÁS BÁSICO toda la materia de primer, segundo y tercer año de formación.

**TRABAJOS ESPECÍFICOS MODALIDADES DE WU SHU:**  
**PROGRAMAS Y ORDEN DE MATERIAS SUSCEPTIBLES DE RECICLAJE Y/O ENSEÑANZAS:**

**PRIMER AÑO TAI CHI CHUAN:**

- Yang Shi TaijiQuan de 10 movimientos.
- Yang Shi TaijiQuan de 16 movimientos.
- (1)QIXIÉ = Armas: Yang Shi Taiji Shan (abanico) de 18 movimientos.
- (1)QIXIÉ = Armas: Yang Shi Taiji Jian (esgrima de espada) de 16 movimientos.
- OTROS TAOLU'S + CHI KUNG (Qi Gong) ESPECÍFICOS.
- 

**PRIMER AÑO CHOY LEE FUT – KUNG FU:**

- SIU BA KUEN Cuatro puños y cuatro palmas – trabajo de los 8 esquemas básicos.

- (Duilian's) SanShing-Gausing – Tres y nueve estrellas.
- Ng Lun Ma Kuen – Rueda de los 5 caballos del monje Choy Fook.
- Siu Ng Chui Kuen – Pequeña rutina de 5 puños.
- Cheong Bau Jong – Forma del saco de Pared (saquetas).
- Yi Duilian's (Subjikuen duei chuck muifakuen). 1ª sección de la forma de parejas.

- (1)QIXIÉ = ARMAS - Seung Bei Sau (Rutina básica de Dobles Dagas).

- OTROS TAOLU'S + CHI KUNG (Qi Gong) ESPECÍFICOS.

## - **SEGUNDO AÑO TAI CHI CHUAN: -Todo del primer año +**

- Yang Shi TaijiQuan de 24 movimientos.
- (2)QIXIÉ = Armas: Yang Shi Taiji Jian (esgrima de espada) 32 movimientos.
- TAI CHI CHUAN ESTILOS 32 Shi Wushu Taiji Quan Taolu.
- (2)QIXIÉ = Armas: Yang Shi Taiji Shan (abanico) de 36 movimientos.
- Tui Shou básico de 1 y 2 manos COMBINADOS sin desplazamientos.

Inicio del Taolu **estándar de I.W.U.F.**

- Aplicación marcial medio en casos de defensa personal.

- OTROS TAOLU'S + CHI KUNG (Qi Gong) ESPECÍFICOS.

## **SEGUNDO AÑO CHOY LEE FUT – KUNG FU: -Todo de primer año +**

- Ng Lun Chui Kuen (Rueda de los cinco puños del monje Choy Fook).
  - Er Duilian's (Subjikuen duei chuck muifakuen). 2ª sección de la forma de parejas.
- Siu mui fa Kuen (Rutina de la pequeña flor del ciruelo).
- Sar Bow Jong (Rutina del saco de arena o pesado).
- (2)QIXIÉ = Armas: Mui fa Dan-dho Kuen ( Forma del Sable de flor de ciruela).

- OTROS TAOLU'S + CHI KUNG (Qi Gong) ESPECÍFICOS.

## **TERCER AÑO TAI CHI CHUAN:- Todo de primer y segundo año +**

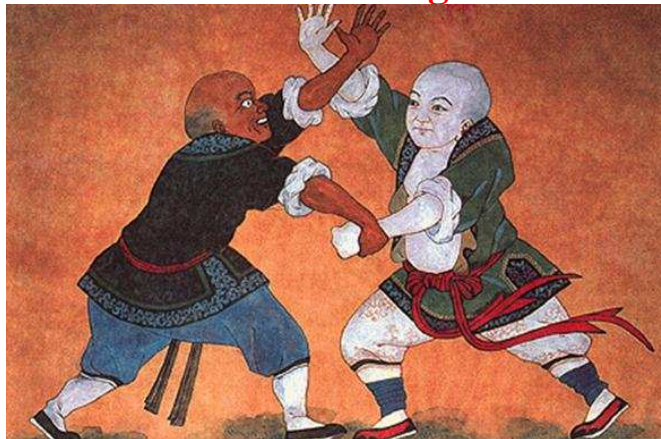
- TAI CHI CHUAN ESTILOS DE **COMPETICIÓN INTERNACIONAL I.W.U.F.** 42 Shi Wushu Taiji Quan Taolu.
  - Trabajo específico del estilo CHEN SHI (13 y 18 movimientos).
    - Tui Shou básico de 1 y 2 manos COMBINADOS sin desplazamientos.
- Inicio del Taolu **estándar de I.W.U.F.**

- Aplicación marcial AVANZADA en casos de defensa personal.

- (3)QIXIÉ = Armas: Rutina de Taiji Jian ESTILOS 42 movimientos. **Forma estándar de la I.W.U.F.**

- OTROS TAOLU'S + CHI KUNG (Qi Gong) ESPECÍFICOS.

**CUARTO AÑO TAI CHI CHUAN – CHI KUNG:**  
**Curso teórico y práctico de Asistente Técnico Deportivo de**  
**Wushu – Taijiquan y/o Qigong.**  
**Posibilidad de Examen Cinturón Negro de Wushu – Tai Chi.**



Reproducción de monjes Shaolin, practicando ejercicios de defensa y ataque

**TERCER AÑO CHOY LEE FUT – KUNG FU- Todo de**  
**primer y segundo año +**

- Sei mun kiu – you sanr ma Kuen. (Correr el Caballo Vivo, Puente y cuatro puertas)
- Ping Jian Kuen (La forma de la palanca de codo).
  - (3)DUILIAN -QIXIÉ = ARMAS - Hung sau Yup Seung Bei Sau (Rutina básica de desarme con mano vacía de las Dobles Dagas).
- Shi Yu K (4 esquinas) + Sistema direccional BAGUA de combate CHOY LEE FUT. Iniciación al SANDA – SAN SHOU (combate del C.L.F.)
- Dou Fu Ba Gua Kuen (Puños Pakwa que pelean)
- (3)QIXIÉ = Armas: Bastón de 1 y 2 cabezas (SEUNG GAP DAHN GWUN).
- OTROS TAOLU'S + CHI KUNG (Qi Gong) ESPECÍFICOS.
- COMBATE de Faja Verde a Azul.

**TERCER AÑO: PROGRESIÓN A FAJA AZUL – MARRÓN DE CHOY LEE FUT – KUNG FU Y CINTURÓN NEGRO DE TAI CHI CHUAN, CHI KUNG (Wu Shu).**

**CUARTO AÑO CHOY LEE FUT – KUNG FU:**  
**Curso teórico y práctico de Asistente Técnico Deportivo de**  
**Wushu – Choy Lee Fut – Kung Fu.**  
**Posibilidad de Examen Cinturón Negro de Wushu CHOY**  
**LEE FUT – Kung Fu.**



**Más información:** Teléfono de contacto: 699 827 966

Email: [asociacionchanheung\\_murcia@hotmail.com](mailto:asociacionchanheung_murcia@hotmail.com)

## **Blogs de Grupos en la Región de Murcia:**

**MurciaTaichi ACTUALIZACIÓN Todo sobre Taijiquan**  
<http://taichichuandelvalledericote.blogspot.com/>

**Asociación CHAN HEUNG (Deportiva y Socio-Cultural)**  
**Tai Chi Chuan en Murcia**  
<http://taichichuanenmurcia.blogspot.com/>

**AprendeTaiChi-Murcia Todo sobre Taijiquan**  
**– “CÍRCULO DEL MALECÓN”**  
<http://AprendeTaiChi-Murcia.blogspot.com/>

**YouTube-MuLaoshiPTorrano's Channel (nuestros videos):**  
<http://www.youtube.com/user/MuLaoshiPTorrano/>

**MurciaTaiChiChuanyWuShuGrupos-LaoshiPTM on Vimeo**  
<http://vimeo.com/channels/134751/>

Copyright © 2014

\*Asociación Deportiva Socio-Cultural CHAN HEUNG -  
MURCIA - ESPAÑA.