

# Diploma



## Opleiding Tai Chi Tao/ Qigong

- \* Theorie over de 5 Elementenleer, Wu Xing
- \* Het begrip Chi
- \* Achtergrond Yin en Yang
- \* Voedingsleer
- \* Orgaanklok
- \* Ko- en Sheng cyclus
- \* Typologie per element
- \* Energierichting van de elementen
- \* Element Water
- \* Element Hout
- \* Element Vuur
- \* Element Aarde
- \* Element Metaal
- \* Ademhalingstechnieken
- \* Stoeloefeningen
- \* Houding en Beweging

De bijbehorende (5 Elementen) oefeningen zijn oa.

- \* de Harmonie
- \* Terug naar de Bron
- \* de Ontluiting
- \* de Drie Eenheid
- \* Ba Duan Jin
- \* 18 Steps, Tai Chi Shibashi
- \* Ademhaling van de Keizer
- \* de Dageraad

# Diploma

Opleiding Docent

Tai Chi Tao/ Qigong



Uitgereikt aan:

Fina Ramos Palau

Opleidingsjaar:

2016

Plaats van opleiding

Hoogeveen

Diplomanummer

201608

Namens:

Tai Chi Tao Opleidingscentrum Drenthe

Docenten:

Jaap Luyten

Carla Moorlag

水

Water

木

Hout

火

Vuur

土

Aarde

金

Metaal