

PROGRAMA DE NIVELES CHIKUNG

1ER. NIVEL. PRINCIPIANTES

1. AUTO MASAJE CHINO "Dao In".
2. OCHO BROCADOS DE SEDA "Ba Duan Jing".
3. CINCO ANIMALES "Wu Ching Shi".
4. PUÑO DE LA MENTE "Yiquan" (Dinámico).
5. MEDITACIONES DE PIE "Zhang Zhuang".
6. TRABAJO DE BASE "Lian Gong" (3 primeras series)

2º NIVEL. INTERMEDIOS

1. PUÑO DE LA MENTE "Yiquan" (Estático)
2. MEDITACION DE LOS TRES DAN-T' IEN.
3. TRABAJO DE BASE "Lian Gong" (Series 4,5y6).
4. MEDITACION "ORBITA MICROCOSMICA".
5. LAS 18 PALMAS DE LUOHAN "Sub bak Luohan Yik Gun Kuen".

3er. NIVEL AVANZADOS: INSTRUCTOR DE CHIKUNG

1. FORMA DE PEQUEÑO BUDA "Siu Luohan Gong".
2. SONIDOS CURATIVOS.
3. MEDITACIONES DE LA NUBE PURPURA "Dze Yuan Chikung".
4. PUÑO DE LA MENTE "Yiquan" (Posturas marciales)

4º NIVEL ADVANCED INSTRUCTORS

1. CAMISA DE HIERRO "Tie Bu San Gong".
2. KWAN YIN SENTADO EN UN LOTO "Goon Yun Dzo Lin Jeong".
3. NUBE PURPURA CHIKUNG "Dze Yuan Gong".