HOJA DE INSCRIPCIÓN

Estimados Sres. les ruego reserven plaza a mi nombre en el curso indicado, adjuntándoles la inscripción correspondiente y justificante de pago:

Apellidos y Nombre:

DNI o Pasaporte:

Domicilio:

Localidad:

Provincia: C.P:

Teléfono fijo: Móvil:

E-mail:

Marcar la modalidad de pago elegida:

☐ Contado ☐ Dos plazos ☐ Tres plazos

Forma de pago:

☐ Transferencia ☐ Bizum ☐ Efectivo

Firma: (imprescindible).

MONITOR (Nivel1) DE TAICHI YANG 5 SECCIONES.

En cumplimiento de la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal, les informamos de que sus datos serán incorporados en el fichero automatizado titularidad de la ESCUELA SUPERIOR WUDAO.
Los datos obtenidos únicamente serán tratados y utilizados con el fin de mantenerlo informado sobre el curso al que se ha matriculado y enviar información sobre las actividades desarrolladas por la E.S.Wudao a sus alumnos.
El cedente podrá hacer valer en todo los derechos de acceso,rectificación y cancelación u oposición de los datos que sea titular mediante notificación por escrito a la E.S. Serrato. La escuela no cede sus archivos de datos a terceros.

Cortar esta parte y enviar, junto con copia del justificante de ingreso, a:
Escuela Superior WUDAO - C/Almansa 47, 28039 Madrid

La E. S. Wudao es colaboradora desde 1994 y como centro reconocido por La Asociación del Taoismo y de Wushu de la montaña de Wudang-China desde 2007, y otras organizaciones chinas para impartir estas enseñanzas especificas en España.

Certificate

By this document The Academy of Wudang Taoist Wushu Arts , certifies that ESCUELA SUPERIOR SERRATO is eligible to promote and represent Wudang Gong Fu in Spain .

The Academy of Wudang Taoist Wushu Arts

October 8th 2007

El cuerpo tecnico y especialista de la E.S.Wudao colabora o ha colaborado con diferentes organizaciones u organismos tanto nacionales como internacionales:
- Instituto de Confucio. - Universidad de Valencia.- Universidad de Granada. - Universidad de Las Palmas de Canaria. - UGR area, Ciencias de la Salud Melilla.

CENTRO NACIONAL DE ENSEÑANZAS ALTERNATIVAS Y OCIO

- VANGUARDIA DEL WUSHU, TAICHI Y CHIKUNG EN ESPAÑA -

C/ Almansa 47 - 28039 Madrid
Teléfono: 915 342 029—Movil, 647 697 952 Javier Arnanz
E-mail: secretaria@wudao.es

www.movimientoysalud.es — www.wudao.es

ESCUELA SUPERIOR WUDAO YouTube WUDAOWEB

MONITOR TAIJI YANG TERAPEUTICO

INTRODUCCIÓN AL TAICHI QUAN / 太极拳

METODOLOGÍA del CURSO “5 Secciones”

El Podemos definir el Taichí como un método tradicional de entrenamiento corporal, respiratorio y mental que, mediante movimientos suaves, conscientes y coordinados, busca mejorar la salud, desarrollar la estabilidad interna y cultivar una relación más armoniosa entre cuerpo y mente.
En China y en muchos otros países, el Taichí se practica en escuelas, universidades, centros de salud, asociaciones deportivas y espacios públicos. También forma parte de programas de ejercicio terapéutico, prevención de caídas, mantenimiento de la movilidad y promoción del envejecimiento activo.
Existe abundante documentación sobre los efectos positivos de la práctica del Taichí en diferentes áreas, como, por ejemplo:
1. Efectos sobre el equilibrio y la prevención de caídas.
2. Efectos sobre la movilidad articular y la flexibilidad.
3. Efectos sobre la postura y la coordinación corporal.
4. Efectos sobre el sistema respiratorio y la capacidad de relajación.
5. Efectos sobre el sistema cardiovascular y la regulación del esfuerzo.
6. Efectos sobre el sistema nervioso, especialmente en relación con el estrés, la ansiedad y la atención.
7. Efectos sobre la fuerza funcional, especialmente en piernas y zona central del cuerpo.
8. Efectos sobre la memoria corporal, la concentración y la conciencia del movimiento.

Las principales técnicas del Taichí consisten en:
- Regulación de la postura corporal y alineación estructural.
- Aprendizaje de movimientos suaves, lentos y coordinados.
- Trabajo de respiración natural y relajación activa.
- Desarrollo de la atención, la intención y la conciencia corporal.
- Práctica de formas individuales y ejercicios básicos.
- Trabajo de equilibrio, desplazamientos y cambios de peso.
- Ejercicios en pareja para desarrollar sensibilidad, escucha y adaptación.

Todos estos métodos tienen como finalidad común favorecer un estado de coordinación entre cuerpo, respiración y mente, reduciendo la tensión innecesaria, mejorando la estabilidad física y emocional, y ayudando al practicante a desarrollar una forma de movimiento más consciente, equilibrada y saludable.

NOTA: Se informara de las fechas exactas de los seminarios una vez sé tenga la confirmación de los alumnos inscritos y tengan abonada la matricula.

Formación especializada desde 1.995. ! Infórmate ¡

ESTRUCTURA DEL CURSO - de SALUD

Curso de Monitor de Taichi Yang (nivel1)

El Curso de Monitor de Taichí Estilo Yang – Nivel 1 está dirigido a quienes desean profundizar en la práctica del Taijiquan y adquirir una base sólida para su futura enseñanza. El programa se basa en el Taijiquan de 5 Secciones, o Wuduan Taijiquan 五段太極拳, un sistema modular adoptado por escuelas de Europa, América y Asia. Su estructura flexible, clara y progresiva permite disfrutar del aprendizaje, responder a las necesidades de los grupos actuales de Taichí recreativo y preparar al alumno para un entrenamiento tradicional más completo.

Por ello, consta de:
1. BLOQUE COMUN:
- Historia y evolución del Taijiquan: origen, desarrollo y expansión del Taichí desde sus raíces marciales hasta su práctica contemporánea.
- Teoría de Yin-Yang, Cinco Elementos y Bagua aplicada a la práctica: comprensión de los principios tradicionales que dan sentido al movimiento.
- Bioenergética aplicada al movimiento: relación entre postura, respiración, intención y circulación energética.
- Principios básicos y errores fundamentales: fundamentos técnicos del estilo Yang y corrección de los errores más habituales.
- Adaptaciones para la enseñanza del Taijiquan a todo tipo de colectivos: recursos para adaptar la práctica a diferentes edades, condiciones físicas y contextos de enseñanza.

2 TAOLU/ Contenidos del curso
- Taijiquan Wuduanjin — trabajo preparatorio específico de Taijiquan 5 secciones.
- Forma individual en 5 secciones estilo Yang — 20 movimientos, nivel principiante.
- Manos sensibles — bases de conexión, escucha y sensibilidad para el trabajo individual y en pareja.
- Forma en pareja en 5 secciones — 50 movimientos, nivel principiante/intermedio.
- Forma de espada individual en 5 secciones — 27 movimientos, nivel principiante.
- Espada sensible — trabajo de conexión y sensibilidad aplicado a la espada.
- Forma de espada en pareja en 5 secciones, 64 mov., nivel intermedio/avanzado.

Comienzo del curso:
Fecha de comienzo del curso: convocatoria Enero de 2027.
Todos los cursos incluyen contenidos teóricos y prácticos relacionados con la historia del Taijiquan, la evolución del estilo Yang, sus principios fundamentales y las diferentes prácticas, métodos y técnicas que se desarrollarán durante la formación Asimismo, se facilitarán al alumnado los conceptos necesarios para comprender el trabajo corporal, energético, marcial y pedagógico propio de cada curso.

Titulación:
Para poder optar al título de Monitor de Taichí Estilo Yang – Nivel 1, será obligatorio haber presentado los trabajos de investigación y las tareas encargadas durante el curso al profesor titular para su evaluación.

Las clases, salvo aquellas expresamente indicadas, serán presenciales y de asistencia obligatoria.
Se proporcionarán las referencias bibliográficas y materiales de apoyo necesarios para un mejor aprovechamiento del curso.

INSCRIPCIONES AL CURSO

COMO, CUANDO, DONDE...

Las inscripciones podrán realizarse:

@ Por e-mail a: secretaria@wudao.es
✉ Por correo convencional
☎ Por teléfono; 915 342 029 o 620722264 (WhatsApp)

Lugar de celebración: ESW. c/ Almansa, 47 -28039 Madrid.
Fecha de matriculación: desde el 1 Septiembre al 15 Nov 2026.
Duración: 10 meses. Y esta sujeto a PLAZAS LIMITADAS
Número de Plazas: 20 alumnos máximo y 10 mínimo.
Horario de clases: Sábados de 10:00h. a 14:00h. y de 16:00h. a 20:00h.

El Precio del curso es de 1100€ (1º NIVEL con 10 cursos de realización) a **110€ por seminario.**

1º El mejor precio con pago único - 1000€ (Descuento de 100€ + 50€ de la Matrícula) al formalizar la inscripción completa.

2º Pago en dos plazos - 525€ x2 (Descuento de 50€ + 25€ de descuento de matrícula).
Un primer pago de 525€ al formalizar la matrícula y un segundo pago en el mes de Abril. (+).

3º Pago en tres plazos - x3 pagos - Sin descuento-
Un primer pago de 366€ al formalizar la inscripcion + la matrícula, un segundo pago en abril 367€ y un tercero pago de 367€ en el mes de julio.

Matrícula:
El importe de la matrícula es de 50€ e incluye:
Incluye videografía de los cursos, Apuntes técnicos y teóricos del curso a realizar.

FORMAS DE PAGO

En metálico:
En las instalaciones de la Escuela Superior Wudao.
Por giro postal:
Dirigido a la atención de Escuela Superior Wudao.
Dña Laura González
Por transferencia bancaria:

Banco Sabadell
Número de cuenta: ES14 0081 1531 1000 01033207

塞拉托武术学校 ESCUELA SUPERIOR WUDAO