

推手

*TUI SHOU*

*(EMPUJE DE MANOS)*

**CON EL PROFESOR MANUEL MAZÓN**

**EL 1 Y EL 2 DE DICIEMBRE DE 2007 EN HUELVA**



**Manuel Mazón viene de Valladolid y es profesor de Tai Chi Chuan, estilo Yang y estilo Chen.**

**Campeón del mundo de Tai Chi con armas (espada) por la WORLCK en 1999.**

**Subcampeón del mundo de Tai Chi Chuan por la WORLCK en 1999.**

**Kundaly gana el campeonato del mundo por la World Kung Fu Championship en 2007.**

**Título de Quiromasaje terapéutico y Deportivo.**

**Shiatsu, Masaje Energético Oriental, Tui Na, masaje Chino y Digitopuntura.**

**Cinturón negro 2º Dan Kung Fu e Instructor por la F.E. de Kárate y Disciplinas Asociadas, etc.**

# 太極拳

El Tui Shou o Empuje de Manos es una parte del Tai Chi Chuan que se practica en parejas. Es una práctica entre dos personas destinada a desarrollar las habilidades que requiere la aplicación del Tai Chi Chuan: *Zhan* (conectar), *Nian* (mantener), *Lian* (enlazar) y *Sui* (seguir).

Es útil como explicación del uso de los movimientos de la forma, como forma para comprobar el nivel de la propia destreza o maestría.

Sirve para aprender a escuchar la fuerza del otro y para aprender a deshacer o desviar su fuerza.

Se trabaja la percepción, la sensibilidad, la atención... Nos unimos al otro mediante uno o varios puntos de contacto, por ejemplo las muñecas, que deberemos mantener en constante contacto, y nos permitirán apreciar cualquier cambio de fuerza, dirección, intención, etc. que el contrario inicie, con la idea de hacernos salir de nuestro centro.

La aplicación de los métodos requiere las capacidades de: *Ting* (escuchar), *Hua* (disolver), *Yin* (amagar), *Na* (sostener), y *Fa* (emitir).

Los principales defectos son *Pian* (unilateralidad) *Kang* (fuerza sin control) *Diu* (pérdida de contacto) y *Ding* (resistencia)

Por esto, el Tui Shou enriquece a todo el que practique las formas de Tai Chi Chuan de enorme manera y, más aún, nos ofrece una puerta abierta de intercambio y comunicación entre todos los diferentes estilos de Tai Chi Chuan.

## Vamos a Trabajar:

Las ocho fuerzas en el Tai Chi Chuan  
Chi Kung de los Cinco Elementos  
Masaje al final de las sesiones



**Lugar:** Ciudad Deportiva de Huelva  
Avda. Manuel Siurot, 42 (El Conquero) – Bus nº 6

**Fechas y horarios:**

Sábado 1 de Diciembre de 10.00h a 13.30h y 16.30h a 19.30h.  
Domingo 2 de Diciembre de 10.00h a 13.30h.

**Precio:** 80 €

Si quieres comer con el grupo, el precio es de 13 € el menú.

**La reserva se realizará mediante ingreso en:**

BBVA: **0182-7643-68-0201540842** a nombre de TAIJIQUAN ASOCIACIÓN ONUBENSE, poniendo en concepto **tu nombre y tu DNI**

Si tienes alguna pregunta, ponte en contacto con Nena en los Tfs. 959 284 386 - 616 164 636 o en [info@taohuelva.com](mailto:info@taohuelva.com)

Cuando hagas la inscripción, mándame un correo con tus datos, me llamas, o me mandas un SMS.

Al final del curso se entregará un certificado de asistencia

**Mínimo de participantes 14**

Si hasta el día 20 de Noviembre hay menos de 14 inscripciones, la organización se reserva el derecho de cancelar el curso



Si vienes de fuera de Huelva, estos son algunos hoteles donde puedes alojarte

**MONTE CONQUERO, H\*\*\***

Pablo Rada, 10 – 959 285 500

**TARTESSOS, H\*\*\***

Avda. Martín Alonso Pinzón, 13 – 959 282 711

**LOS CONDES HUELVA, H\*\***

Alameda Sundheim, 14 – 959 282 400

**COSTA DE LA LUZ, H\*\***

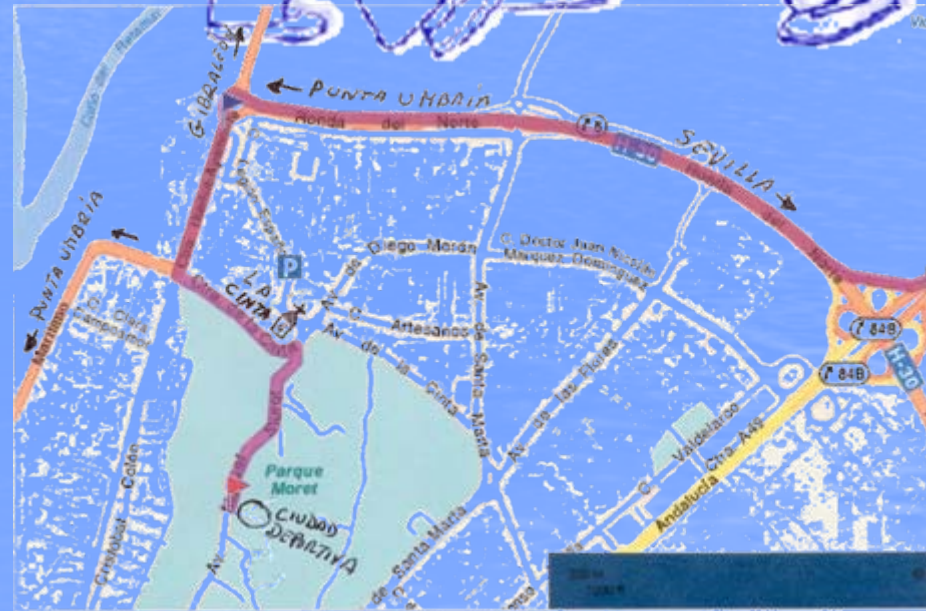
José María Amo, 8 – 959 256 422

**VIRGEN DE LA CINTA, H\*\***

Avda. Manuel Siurot, 7 – 959 541 260

**ALBERGUE JUVENTUD HUELVA**

Avda. Marchena Colombo, 14 - 959 650 010



太極拳



Taijiquan Asociación Onubense

Plaza De las Monjas, 15 – 2º B  
959 284 386 – 616 164 636  
info@taohuelva.com  
www.taohuelva.com