



## Invitación a la Celebración del Día Mundial del Tai Chi y Chi Kung en Uruguay!!



Con la firme intención de querer conocernos más y ayudar a difundir cada vez más en todo el Uruguay los beneficios que para la salud Física, Mental y Espiritual tiene la práctica de estas disciplinas, es que te hacemos llegar esta **INVITACION ESPECIAL** para que participes activamente de este **Gran Evento** que va a tener lugar el **sábado 25 de abril a las 9 de la mañana en el Parque Batlle de Montevideo.**

### ¿QUÉ ES EL DÍA MUNDIAL DEL TAI CHI Y CHI KUNG?:

#### *ES UN EVENTO DE SALUD Y CURACIÓN GLOBAL*

Un **evento anual por la curación y la salud mundial**, se está difundiendo lentamente a través del planeta. Millones de personas en todo el mundo están experimentando los beneficios curativos del Tai Chi y el Chi Kung.

El **Día Mundial del Tai Chi y Chi Kung** desde hace 10 años, logra unir a personas de todo el mundo trascendiendo las divisiones raciales, culturales, religiosas, socio-económicas, y geopolíticas, para en el más puro y sincero espíritu de **Fraternidad Universal** celebrar la Armonía, la Salud y la Curación Mundial.

Estamos hablando de **un evento de curación y salud global sin precedentes**. El mismo cuenta -entre otros- con el auspicio de la **Organización Mundial de la Salud**, y **en Uruguay fue declarado de interés municipal** por parte de la IMM por segundo año consecutivo.

Comenzando en Nueva Zelanda, este acontecimiento se difundirá de uso horario en uso horario alrededor del mundo, surcando 60 países y los 5 continentes. Esta corriente curativa de 24 hs. de duración, no sólo será un acto visual espectacular, sino que además **promoverá la calma, el bienestar y la adopción de hábitos de vida saludables en todo el mundo.**

Al igual que en el resto del globo, celebraremos con exhibiciones masivas de Tai Chi y Chi Kung **con el propósito de educar al mundo sobre las ventajas para la salud que el Tai Chi y el Chi Kung tienen para ofrecer.**

En el 2008, muchos Instructores y practicantes de Montevideo y Canelones nos reunimos para la celebración de este día y se logró **un Evento Conjunto y Multitudinario al que asistieron más de 600 personas**, en el 2009 apuntamos a superarnos.

#### **Te necesitamos, ¿podés ayudarnos?**

Con algo tan simple como la difusión de este comunicado entre todos tus conocidos, blogs o páginas web que puedan publicarlo te estás involucrando muchísimo!!

Desde ya muchas gracias y por mayores detalles consultá nuestra página web: [www.taichienuruguay.com](http://www.taichienuruguay.com)

Fraternalmente,

## **Día Mundial del Tai Chi y Chi Kung en Uruguay**

**SÁBADO 25 DE ABRIL DE 2009**

**HORA 9 - PARQUE BATLLE**

**MONTEVIDEO- URUGUAY**

**Por favor, NO faltes, tu Chi (Energía) es Esencial!!!**

## PROGRAMA DE ACTIVIDADES

Todos los **Instructores** que deseen participar con demostraciones o ayudando con las clases **deberán estar presentes en el Parque Batlle a las 9:00 a.m.** para lograr un mínimo de coordinación previa; empezaremos a las 10 a.m. en punto, sincronizados con todas las ciudades de nuestra zona horaria.

El evento durará aproximadamente 2 horas 30 minutos, entre las 10 a.m. y 12.30 p.m.

Nos reservamos el derecho de cambiar el orden del programa.

Las **demostraciones** no deben pasar de **3 minutos máximo**. Para formas largas, aconsejamos escoger una sección reducida para la demostración.

Las **clases** están limitadas a **un máximo de 15 minutos**, rogamos ajustarse estrictamente a este tiempo.

Se pide a los Instructores que por favor participen como alumnos en las clases de los otros Instructores. Todos tenemos algo que aprender.

Cada Instructor o Academia puede traer material de promoción, folletos, etcétera, recordemos que también es una jornada para difusión.

***A las 12:15 escucharemos el sonido de un Cuenco Tibetano como señal para volver a reunirnos y cerrar oficialmente el evento.*** Rogamos que cuando lo escuchen se suspendan todas las actividades y nos dirijamos al punto de encuentro previsto.

- ☉ **10:00 - 10:15** Palabras de Bienvenida.
- ☉ **10:15 - 10:30** Demostración masiva de Chi Kung
- ☉ **10:30 - 10:45** Demostración masiva de Tai Chi Forma 24, todos pueden participar
- ☉ **10:45 - 12:15 Espacio abierto para Clases y demostraciones:**
  - **Demostraciones:**
    - Espada
    - Abanicos
    - Tai Chi Forma 24
    - Tai Chi Forma 48
    - Pequeño Tai Chi
    - Wu Shu
    - Regla de Oro Tai Chi Qi Gong

o **Clases:**

- Liang Gong
- Chi Kung de Los 5 Animales
- Chi Kung Las 8 Piezas de Brocado
- Selección de Chi Kung para higiene de columna.
- Tai Chi forma 24
- Pequeño Tai Chi
- Tai Chi Kung para espacios reducido

☯ **12:15 12:25** Sorteo y agradecimientos.

☯ **12:30 Meditación de Clausura.**

**CONTACTO:** [www.taichienuruguay.com](http://www.taichienuruguay.com)