

## Diplomatura Tai Chi y Chi Kung (Qi Gong) Terapéutico.

Cronograma de Trabajo 2° cohorte 2022-2023		
FECHA	TEMARIO PROPUESTO	CONTENIDOS
Semana del 06 de agosto al 02 de septiembre de 2022	Modulo I	<p><b>Parte teórica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Breve reseña de la historia de la Medicina Tradicional China (MTC).</li> <li>Su relación con el Tao y su manifestación corporal a través del Tai Chi – Chi Kung (Qi Gong).</li> <li>La leyenda de la grulla y la serpiente.</li> <li>Zoom Sábado 06 de agosto de 14 a 16.00 hs (Argentina)</li> </ul> <p><b>Parte práctica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Conocerse a uno mismo</li> <li>Posición inicial Wu Chi (Wu Ji)</li> <li>Conceptos básicos de respiración</li> <li>Que es el Chi</li> <li>Tai Chi Chuan – comienzo de la forma 24 del estilo Yang – Movimiento 1, 2 y 3.</li> <li>Zoom Sábado 06 de agosto de 16.30 a 18.30 hs (Argentina)</li> </ul>
Semana del 03 de septiembre al 30 de septiembre de 2022	Modulo II	<p><b>Parte teórica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Los tres tesoros.</li> <li>Manifestación del Chi en el Cuerpo</li> <li>Que son los meridianos en Medicina Tradicional China (MTC).</li> <li>Zoom Sábado 03 de septiembre de 14 a 16.00 hs (Argentina)</li> </ul> <p><b>Parte práctica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Regular el cuerpo a través del Chi.</li> <li>Cuatro tipos de Lao Sao.</li> <li>Chi Kung Terapéutico - Ejercicios básicos para la concentración, relajación y el estrés.</li> <li>Ba Shih– Ejercicio energético de Chi Kung (Qi Gong) para todos los días</li> <li>Tai Chi Chuan – comienzo de la forma 24 del estilo Yang – Movimiento 4, 5 y 6.</li> <li>Zoom Sábado 03 de septiembre de 16.30 a 18.30 hs (Argentina)</li> </ul>
Semana del 01 de octubre al 04 de noviembre de 2022	Modulo III	<p><b>Parte teórica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Teoría de los Cinco Elementos en Medicina Tradicional China (MTC).</li> <li>El Elemento metal</li> <li>Su relación con el otoño</li> <li>Órganos Vinculados (pulmón – intestino grueso)</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emociones y estados psicológicos vinculados</li> <li>• Zoom Sábado 01 de octubre de 14 a 16.00 hs (Argentina)</li> </ul> <p><b>Parte práctica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicios tendino–musculares del elemento metal</li> <li>• Estiramientos de los meridianos de pulmón - intestino grueso.</li> <li>• Ejercicios de qi gong equilibrante de pulmón – intestino grueso</li> <li>• Tai Chi Chuan – comienzo de la forma 24 del estilo Yang – Movimiento 7, 8 y 9.</li> <li>• Zoom Sábado 01 de octubre de 16.30 a 18.30 hs (Argentina)</li> </ul>
<p><b>Semana del 05 de noviembre al 02 de diciembre de 2022</b></p>	<p><b>Modulo IV</b></p>	<p><b>Parte teórica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El Elemento agua</li> <li>• Su relación con el invierno</li> <li>• Órganos Vinculados (Riñón - Vejiga)</li> <li>• Emociones y estados psicológicos vinculados</li> <li>• Zoom Sábado 05 de noviembre de 14 a 16.00 hs (Argentina)</li> <li>•</li> </ul> <p><b>Parte práctica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicios tendino–musculares del elemento Agua</li> <li>• Estiramientos de los meridianos de Riñón - Vejiga</li> <li>• Ejercicios de qi gong equilibrante de Riñón - Vejiga</li> <li>• Tai Chi Chuan – continuación de la forma 24 del estilo Yang – Movimiento 10, 11 y 12.</li> <li>• Zoom Sábado 05 de noviembre de 16.30 a 18.30 hs (Argentina)</li> </ul>
<p><b>Semana del 03 de diciembre al 16 de diciembre de 2022</b></p>	<p><b>Modulo V</b></p>	<p><b>Parte teórica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El Elemento madera</li> <li>• Su relación con la primavera</li> <li>• Órganos Vinculados (Hígado – Vesícula Biliar)</li> <li>• Emociones y estados psicológicos vinculados</li> <li>• Zoom Sábado 03 de diciembre de 14 a 16.00 hs (Argentina)</li> </ul> <p><b>Parte práctica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicios tendino – musculares del elemento Madera</li> <li>• Estiramientos de los meridianos de Corazón – Intestino delgado.</li> <li>• Ejercicios de qi gong equilibrante de Hígado – Vesícula Biliar.</li> <li>• Tai Chi Chuan – continuación de la forma 24 del estilo Yang – Movimiento 13, 14, y 15.</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>Zoom Sábado 03 de diciembre de 16.30 a 18.30 hs (Argentina)</li> </ul>
<p><b>Semana del 04 de marzo al 31 de marzo - 2023</b></p>	<p><b>Modulo VI</b></p>	<p><b>Parte teórica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>El Elemento Fuego</li> <li>Su relación con el verano</li> <li>Órganos Vinculados (Corazón – Intestino Delgado).</li> <li>Emociones y estados psicológicos vinculados</li> <li>Zoom Sábado 04 de marzo de 2023 de 14 a 16.00 hs (Argentina)</li> </ul> <p><b>Parte práctica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ejercicios tendino–musculares del elemento Verano.</li> <li>Estiramientos de los meridianos de Corazón – Intestino Delgado.</li> <li>Ejercicios de qi gong equilibrante de Corazón – Intestino Delgado.</li> <li>Tai Chi Chuan – continuación de la forma 24 del estilo Yang – Movimiento 16, 17, y 18.</li> <li>Zoom Sábado 04 de marzo de 2023 de 16.30 a 18.30 hs (Argentina)</li> </ul>
<p><b>Semana del 01 de abril al 05 de mayo -2023</b></p>	<p><b>Modulo VII</b></p>	<p><b>Parte teórica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>El Elemento Tierral</li> <li>Su relación con el verano - otoño</li> <li>Órganos Vinculados (Baso/Páncreas – Estómago)</li> <li>Emociones y estados psicológicos vinculados</li> <li>Zoom Sábado 01 de abril de 2023 de 14 a 16.00 hs (Argentina)</li> </ul> <p><b>Parte práctica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ejercicios tendino–musculares del elemento Tierra</li> <li>Estiramientos de los meridianos de Baso/Páncreas – Estómago.</li> <li>Ejercicios de qi gong equilibrante de Baso/Páncreas – Estómago.</li> <li>Tai Chi Chuan – continuación de la forma 24 del estilo Yang – Movimiento 19, 20, y 21.</li> <li>Zoom Sábado 01 de abril de 2023 de 16.30 a 18.30 hs (Argentina)</li> </ul>
<p><b>Semana del 06 de mayo al 02 de junio -2023</b></p>	<p><b>Modulo VIII</b></p>	<p><b>Parte teórica</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Procesos desde la pedagogía para los trabajos grupales, el trabajo y métodos para la integración en grupos, pertenencia, interacción, cooperación, etc.</li> <li>Zoom Sábado 06 de mayo de 2023 de 14 a 16.00 hs (Argentina)</li> </ul> <p><b>Parte práctica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dinámicas de integración grupal.</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Aprendizaje de ejercicios interactuando con otras personas, fomentado el compañerismo.</i></li> <li>• <i>Cuentos compartidos, sueños, espaldas pegadas, muralla china, etc</i></li> <li>• <i>Tai Chi Chuan – final de la forma 24 del estilo Yang – Movimiento 22, 23 y 24.</i></li> <li>• <i>Zoom Sábado 06 de mayo de 2023 de 16.30 a 18.30 hs (Argentina)</i></li> </ul>
<b>Semana del 03 de junio al 30 de junio -2023</b>	<b>Modulo IX</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Repaso de las secuencias de Qi Gong</i></li> <li>• <i>Repaso de la forma 24 forma del estilo Yang</i> <i>Zoom Sábado 03 de junio de 2023 de 14. 00 a 16.00 hs y 16.30 a 18.30 hs (Argentina)</i></li> </ul>
<b>Semana del 01 de julio al 31 de julio - 2023</b>	<b>Modulo X</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Entrega de trabajo final</i></li> </ul>

**Profesores a cargo:** Gustavo Corrado y Gustavo Delledonne

**Carga horaria total:** 40 horas reloj dispuestas en 10 encuentros sincrónicos, y 60 horas reloj asincrónicas a través del Campus Virtual. **Siendo la carga horaria total de 100 horas.**

**Modalidad:** On-line - Virtual (sincrónica y asincrónica).

**Lugar:** Campus virtual UDE - FCH

**Teléfono de contacto:** 221-5418389

**Email de contacto:** [tcyckt@gmail.com](mailto:tcyckt@gmail.com) – [grrado@gmail.com](mailto:grrado@gmail.com)