

CHEN JUN 2008.

Radionica Taijiquana u Zagrebu

Kako smo negdje blizu polovice predviđenog programa, kratka stanka između protekla dva vikenda i dva koji nam predstoje, po povratku Majstora Chen Juna iz Slovenije (Ljubljana do 16. 10. 2008.) prilika je za kratku rekapitulaciju i *najavu* uz malu korekciju programa i promjene mjesta održavanja.

Promjene vezane uz plan i program prije svega su s obzirom na prijedloge polaznik/ca dosadašnjeg dijela radionice. Uvažavajući vaše želje i svrsishodnost, odnosno sugestiju samog Majstora, u trećem vikendu od 17. do 20. 10. predviđen je program po danima i to:

- **Petak, 17. 10. 2008. - Laojia – Uvod (18:30 – 21:30)**
Općenito Qigong (priprema) kao uvod u Lao jia formu. Ponovit će se sve što je bitno od Qigong pripremnih vježbi uz detaljno objašnjenje (vježbe zagrijavanja specijalno osmišljene od strane Grandmastera Chen Xiaowanga kao logičan uvod u Zhan Zhuang – "stojeći qigong" i Chan si gong "Namatanje svile" odnosno staru formu Lao jia). Time bi petak osim rekapitulacije po pitanju osnova (principi) bio važan korak, jednako za početnike i napredne i ujedno bi se svima pružila mogućnost kvalitetnijeg praćenja programa tokom vikenda.
- **Subota, 18. 10. 2008. - Laojia - I. Dio (10:00 – 12:30); II. dio (14:00 – 16:30)**
- **Nedjelja, 19. 10. 2008. - Laojia - III. Dio (10.00 – 12.30); IV dio (14.00 – 16.30)**
Način i pristup u poduci daje mogućnost da radionici tokom vikenda prisustvuju svi zainteresirani bez obzira na iskustvo (znanje) vezano uz formu uz mali preduvjet da su već prije bili, ili će biti u petak, 17. 10. prisutni na radionici Majstora Chen Juna (osnove).
- **Ponedjeljak, 20.10.2008. - Lao Jia – ponavljanje i korekcija (18:30 – 21:30)**
Još jedna mogućnost za ponavljanje i utvrđivanje naučenog. U programu smo predvidjeli potpunu rekapitulaciju sva tri vikenda (osim mača i push hands) što znači da će se još jednom ponoviti osnove, kratka forma i duga forma uz završni dio (sat) u kojem će biti prilika da se kroz pitanja i korekciju razjasne sve eventualne nejasnoće koje se obično javljaju prilikom vježbanja osnova i formi.

Time bi zaključili III. vikend i ujedno napravili uvod u IV. Iskreno se nadamo da će se većina vas dovoljno ohrabriti kako bi napravili iskorak ka višem (dubljem) razumijevanju ne samo u primjeni osnova nego i u primjeni samih pokreta.

Slijedi program IV. vikenda:

- **Petak, 24. 10. Xinjia – uvod (18:30 – 21:30)**
- **Subota, 25. 10. Xinjia – I. Dio (10:00 – 12:30 i 14:00 – 16:30)**
- **Nedjelja, 26.10. Xinjia- II. dio (10:00 – 12:30 i 14:00 – 16:30)**
U IV. Vikendu, tokom prva tri dana (pet. sub. ned.) polako, korak po korak učit će se Xin jia forma (Nova forma) do polovice (I. i II. Dio; III. i IV. dio će se nastaviti do godine sa Masterom Chen Junom. Tokom godine će se moći vježbati i završiti formu sa Jasminkom). Uvjet da se prisustvuje ovoj radionici je barem 50% prisustva na

prethodnoj, što je logično jer je nova forma određena nadgradnja Stare forme.

- **Nedjelja 26.10. Jian – mač forma (19:00 – 21:30)**
U nedjelju, 26. 10. od 19.00 do 21.30 na molbu polaznika prethodne radionice mača, ponovit će se mač forma uz korekciju. Ovo ponavljanje je prilika i za one koji iz bilo kojeg razloga nisu mogli prisustvovati radionici s mačem u prvom vikendu pa i za one koji bi tu formu željeli učiti.
- **Ponedjeljak, 27.10. Tui shou – push hands (19:00 – 21:30)**
- **Utorak, 28. 10. Tui shou – push hands (19:00 – 21:30)**
Naredna dva dana će se vježbati u parovima Tui shou (Push hands) tehnike od osnova do primjene (aplikacija. lakat, rame, 'chin na' tehnika, itd).
Ova radionica je otvorena svima kako početnicima tako i onima koji duže rade forme.

Cijena za svaku pojedinu radionicu (dan) je naznačena u priloženoj tablici.

Mjesto održavanja radionice tokom oba predstojeća vikenda, dakle subota i nedjelja je fiksirano i neće se mijenjati, to je Studentski dom "Cvjetno", Odranska 8 – sportska dvorana (ulaz pored ulaza u restaurant preko puta Boćarskog doma).

3. vikend 17.10. - 20.10.2008.

<i>Vrijeme</i>	<i>Program</i>	<i>Cijena (zaposleni/ostali)</i>	<i>Mjesto</i>
PETAK, 17.10. 18:30 - 21:30	Qi Gong i uvod u Lao Jia	100kn / 50kn	???
SUBOTA, 18.10. 10:00 – 12:30 14:00 – 16:30	Lao Jia I dio Lao Jia II dio	150kn / 100kn	Studentski dom "Cvjetno", sportska dvorana, Odranska 8, Zagreb
NEDJELJA, 19.10. 10:00 – 12:30 14:00 – 16:30	Lao Jia III dio Lao Jia IV dio	150kn / 100kn	Studentski dom "Cvjetno", sportska dvorana, Odranska 8, Zagreb
PONEDJELJAK, 20.10. 18:30 – 21:30	Lao Jia – ponavljanje i korekcija;	100kn / 50kn	???

**4. vikend
24.10. - 28.10.2008.**

<i>Vrijeme</i>	<i>Program</i>	<i>Cijena (zaposleni/ostali)</i>	<i>Mjesto</i>
PETAK, 24.10. 18:30 – 21:30	Xin Jia (nova forma)	100kn / 50kn	???
SUBOTA, 25.10. 10:00 – 12:30 14:00 – 16:30	Xin Jia (nova forma)	150kn / 100kn	Studentski dom "Cvjetno", sportska dvorana, Odranska 8, Zagreb
NEDJELJA, 26.10. 10:00 – 12:30 14:00 – 16:30	Xin Jia (nova forma)	150kn / 100kn	Studentski dom "Cvjetno", sportska dvorana, Odranska 8, Zagreb
NEDJELJA, 19.10. 19:00 – 21:30	Jian – mač forma	100kn / 70kn	Studentski dom "Cvjetno", sportska dvorana, Odranska 8, Zagreb
PONEDJELJAK, 27.10. 19:00 – 21:30	Push hands II	250kn / 150kn (ponedjeljak + utorak ukupno)	???
UTORAK, 28.10. 19:00 – 21:30	Push hands II		???

Još jednom, i ovom prilikom, upućujemo poziv svima da se putem maila ili telefonom prijave i potvrde svoj dolazak ukoliko to već nisu.

Mjesto održavanja radionica petkom, ponedjeljkom i utorkom za sada nije utvrđeno i čim to bude obavijestit ćemo vas.

Srdačan pozdrav
Jasminko MIKLEC & Co

Jasminko Miklec
091/5755-105
098/234-890
01/2981-396

Marko Burazin: <morkitz@gmail.com>
Milivoj Anđus: <mandjus@gmail.com>
<http://taiji.yanta.net>