

## Palo y la lanza del Taichi Chuan, El

Orígenes, utilización, ejercicios, forma y aplicaciones

González, Sebastián

Editorial: Alas

ISBN: 9788420305417

Páginas: 160

Dimensiones: 17 x 23,5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 18,00 €

Coleccion: Manejo de armas



### SINOPSIS

En la escuela Yang de **Taichi chuan**, el palo **Gwun** y la lanza **Cheung** son dos de las armas avanzadas del sistema y que han sido mantenidas en secreto durante mucho tiempo, siendo por ello poco divulgadas. Estas dos armas ayudan a desarrollar la fuerza interna *Li*, que da paso al trabajo de la fuerza explosiva *Faging* del Taichi Chuan.

En la presente obra se explican los detalles de cómo desarrollar los ejercicios de palo y lanza, sus aplicaciones marciales, la forma tradicional de lanza, llamada "pequeña flor" y que proviene de la forma de "lanza del peral", con sus aplicaciones marciales y ejercicios por parejas empleados para desarrollar un nivel avanzado de "ejercicios adherentes".

También se incluye información sobre la historia del sistema, las otras armas tradicionales y modernas del Taichi, su aplicación a la vida cotidiana y el desarrollo de las cualidades marciales.