

## Tai-Chi Chuan

El cerebro abdominal

Fernández De Castro, Ángel

Editorial: Ediciones Tao

ISBN: 9788493254742

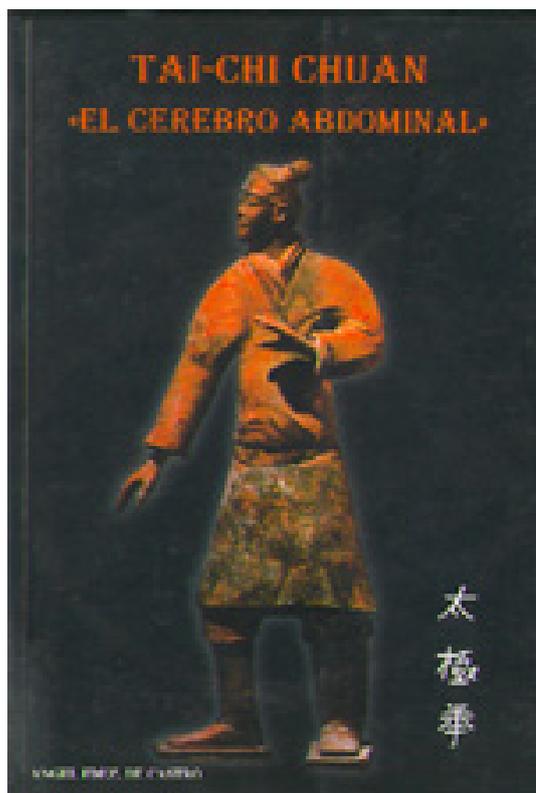
Páginas: 195

Dimensiones: 15 x 21

Encuadernación: Rústica

PVP.: 12,00 €

Colección: Los siete sabios del bosque



### SINOPSIS

Los maestros chinos dicen que quien practique Tai-chi chüan todos los días, adquirirá la flexibilidad de un niño, la fuerza de un leñador, la salud de una pantera y la paz de mente de un sabio.

Los asombrosos resultados adquiridos sugieren que todo esto no es una exageración, quizá de alguna forma desconocida por la ciencia occidental, el Tai-chi chüan puede realmente hacer todo esto y mucho más.

ÁNGEL FERNÁNDEZ DE CASTRO lleva treinta años practicando el estilo Yang de Tai-chi, simplificado por el maestro Cheng Man-ch'ing y veintisiete años enseñándolo.

Aunque en los catorce últimos años ha practicado otros estilos de Tai-chi con varios maestros chinos y en cinco ocasiones ha viajado a China a la aldea de Ch'en-chia-kou para practicar el estilo "Ch'en" de Tai-chi con el maestro Ch'en Si-t'ong, desde sus comienzos no ha dejado de practicar el estilo "Yang".

Constantemente investiga sobre los orígenes y la historia del Chi Kung y el Tai-chi, profundizando así en su práctica. Es cinturón negro de kárate, 2º Dan de Wu-shu, diplomado en acupuntura y en quiropraxia. Además, es autor de la "Enciclopedia del Tai-chi", de cinco libros más y traductor de otros siete. Imparte cursos de Tai-chi, chi-kung en la península y en las Islas Canarias.