

**INSTRUCTOR: Andrés Valdés**



**OBJETIVOS:**

- 1) Difundir el Taijiquan como parte del acervo cultural del pueblo chino.
- 2) Llevar al conocimiento de los Estudiantes, graduados, docentes y no docentes de la Universidad de Buenos Aires y al público en general, los beneficios que su aprendizaje y su práctica cotidiana pueden aportar a la salud física, mental y emocional, independientemente de la edad o el sexo.
- 3) Presentarlo también como una manera de enfrentar el sedentarismo, mediante una modalidad de ejercitación física con requerimientos mínimos de espacio, al aire libre o bajo techo y sin necesidad de indumentaria o equipos especiales.

**PLAN DE TAREAS**

Enseñar en un curso de 18 horas, divididas en nueve clases, la Secuencia de Taijiquan Estilo Chen de 41 Técnicas. Durante las primeras siete clases (14 horas), se guiará a los estudiantes al aprendizaje intelectual y motriz de la secuencia, a partir de la explicación y la aplicación de reglas fijas. Las últimas 3 clases (seis horas), se utilizarán para fijar en la memoria del estudiante la secuencia completa, utilizando para ello el método comparativo, relacionando las técnicas en virtud de sus similitudes y diferencias. Simultáneamente se aportan detalles a las técnicas, preparando a quienes estén interesados en continuar su aprendizaje, para pasar a secuencias de mayor complejidad.

**RESULTADOS ESPERADOS**

En un curso de 18 horas de duración se espera obtener los siguientes resultados: 1) Que los estudiantes incorporen a la memoria física e intelectual la secuencia completa enseñada, capacitándolos para su ejecución individual cotidiana. 2) Que incrementen sus habilidades físicas: equilibrio, movilidad articular, fuerza física, capacidad respiratoria y



resistencia aeróbica. 3) Que desarrollen la división atencional sobre las distintas partes del cuerpo, a fin de lograr la movilidad intencional (consciente).

### **DÍAS DE CURSADA – CARGA HORARIA**

Días: Miércoles de 9 a 11hs. Aula Sabato

9 clases de 2 horas cada una.

18 hs totales de cursada

### **MATERIALES**

El curso se limita al ejercicio físico

### **ANTECEDENTES DEL INSTRUCTOR**

Estudios realizados (en Artes Marciales):

- Kung Fu, Qigong y Anjie (realineación articular), desde 1961 como “discípulo de puertas cerradas” del Gran maestro Qu Yingxing.
- Taijiquan, con Pablo Doudzinski, ex Profesor en la Facultad de Lenguas Occidentales de la Universidad Beida, en Beijing.
- Wushu, formas tradicionales y modernas, mediante el intercambio con Maestros de diversos países.

Trayectoria en la enseñanza:

- Fue el primer latinoamericano que enseñó públicamente Artes Marciales Chinas (1967).
- Fue profesor (1973-1976), en la Universidad Nacional de Buenos Aires, la tercera en occidente en incorporar oficialmente, por su intermedio, la enseñanza de Wushu (Artes Marciales Chinas).
- Enseñó en numerosas instituciones públicas y privadas, formando instructores que difundieron estas disciplinas en todo el país y países limítrofes.
- Organizó y participó en numerosos Congresos, Seminarios, Clínicas, Cursos y Torneos.
- Es Profesor de Taichichuan, desde 2001 y hasta la actualidad, en el Centro Cultural Ernesto Sábato, de la Facultad de Ciencias Económicas de la Universidad de Buenos Aires.
- Profesor de Qigong, desde el año 2009 y hasta la actualidad, en el Instituto Confucio de la Universidad de Buenos Aires.
- Dictó cursos en el exterior (Estados Unidos 1981, Brasil 1982 y Gran Bretaña 2005).
- Publicó numerosos trabajos y los primeros dos libros en idioma español sobre Taijiquan.



CURSO INTEGRAL DE CULTURA CHINA 2017  
Curso: Enseñanza de Taijiquan (Tai Chi Chuan)



- Es autor de ocho videos didácticos de Taichichuan y Kung Fu.
- Fue director de tres revistas especializadas y colabora en numerosas publicaciones.

Títulos y reconocimientos:

- Gran Maestro Internacional 9º Duan (Grado) de la International Martial Arts Federation (IMAF). Es el primer y latinoamericano al que se otorgó dicha graduación.
  - Gran Maestro Internacional 10º Duan (Grado) de la World Professional Martial Arts Association (WPMAA).
- Juez y Arbitro Internacional de IMAF