



Bewegen in Vrijheid



# PA KUA CHUAN

## met Sifu Henny Eleonora

Van de interne Kung Fu systemen is Pa Kua het veranderlijkste systeem. Het kenmerkt zich door grote en voortdurende veranderingen: verandering van dynamiek en snelheid, hoogte en draairichting. Vloeiende bewegingen, gevolgd door abrupte wendingen, bijzondere posities, soms zeer hoog of juist laag. Dit geeft een onvoorspelbare en zeer effectieve techniek.



De beheersing van dit flexibele systeem is alleen mogelijk door interne communicatie en harmonie met je lichaam en geest. De beoefenaar beweegt zich op een speciale manier in een cirkelbaan die het Chinese 8-triagram symboliseert met in het midden de harmonie van Yin-Yang. Er is een sterke relatie met de I-Tjing.

Er zijn slechts enkele mensen in het Westen die de juiste instructie kunnen geven voor Pa Kua. Sifu Eleonora heeft een uitgesproken visie op de interne systemen. 'Extern' is er de exacte lichaamsbeheersing. 'Intern' ontstaat door 'inner feeling, inner hearing, inner seeing' een communicatie zonder woorden met je lichaam. Daardoor komt je ademhaling in harmonie met je beweging en de universele energie.

Pa Kua levert flexibiliteit, snelheid, kracht en coördinatie. Het is geschikt als spirituele scholing, omdat bij juiste beoefening je ademhaling in harmonie komt met je beweging en de universele energie.

Dit weekend gaat door op: 20 -21 oktober 2012  
10:00 - 12:00 en 14:00 tot 16:00

Bijdrage: 120 Euro

Waar: De turnzaal van gemeenteschool 'De Bijenkorf' te Rosselaar  
Haverstraat 6 (ingang langs boekweitstraat naast huis met Nr 7)  
2490 Balen

Aanmelden en Bijdrage:

voor 4 oktober 2012 bij Luc Leyten

Tel: +32(0)477 63 42 69 Email: luc.leyten@telenet.be info@lucleyten.be

120 Euro vooraf te betalen op rekeningnummer

IBAN: **BE40 8508 3190 7663** BIC: **SPAABE22**

met vermelding 'je naam + Pakua 20-21/10/2012'

