

# Habrá un seminario en el que se difundirán los aspectos más profundos del Tai Chi Chuan

29/07/2022



Virginia Arentsen, docente de **Tai Chi Chuan** busca dar a conocer aspectos de ese arte a través de un seminario. Lo que pretende es **“profundizar las raíces”**, en cuanto a lo que son las prácticas físicas y la teoría que hay detrás, para poder optimizar técnicas.

En diálogo con FM Vos (94.5) y con Diario San Rafael, Arentsen

explicó que esto “está orientado principalmente a aquellas personas que sean valientes para poder superar sus limitaciones, aquellas personas que realmente quieran mejorarse, no solamente en la parte física sino todas sus habilidades y sus dones”. “Estamos hablando de profundizar en las técnicas del Tai Chi Chuan como arte marcial, que no es un arte marcial de combate, sino que en realidad el combate es con uno mismo”, dijo y agregó que la invitación está abierta a todas las personas que quieran superarse, a poder participar de este seminario que tendrá una duración de dos días intensivos: sábado 6 y domingo 7 de agosto, de 9 a 12 y de 15 a 17 en cada día. “Todas las personas que quieran participar de este seminario, van a tener la posibilidad de sumarse a los grupos de avance dentro de la asociación internacional de la familia Yang”, señaló.

Si la persona no tiene ningún conocimiento previo, puede presentarse igual. Tampoco es necesario tener ninguna condición física especial, pues “esto es apto para todas las edades, para todas las personas y cada una va a tomar lo que más le beneficie y necesite en el momento”. Es necesario que el participante concorra con ropa cómoda, a fin de llevar a cabo los movimientos de manera liviana; los ejercicios son de pie (no requieren colchoneta); y debe llevarse algo donde tomar nota.

Si bien no hay mínimo ni límite de edad, la docente aclaró que en caso de ir niños, deben saber que se trata de un seminario de carácter “intensivo”.

El seminario tendrá lugar en el espacio Flor Blanca (calle José Braña 1735). Debido a que los cupos son limitados, es necesario anotarse previamente. La preinscripción puede hacerse mediante la página de Facebook “Tai Chi San Rafael” o en la página web [www.taichisanrafael.com.ar](http://www.taichisanrafael.com.ar). También se le puede escribir a Virginia Arentsen al **2604317586**.

### **El Tai Chi en la vida de Virginia Arentsen**

Respecto de cómo llegó esta disciplina a su vida, Arentsen

expresó que hace alrededor de 30 años escuchó hablar de este arte marcial, e incluso se compró un libro, pero por aquel entonces no entendió demasiado, pero en el año 2007 una amiga de Mendoza, le contó que había empezado a practicar Tai Chi, e inmediatamente le dieron ganas a ella de hacerlo también. Hizo los primeros cursos y más tarde regresó a San Rafael, para dar sus primeras clases.



Vos FM 94.5 · Habrá un seminario en el que se difundirán los aspectos más profundos del Tai Chi Chuan