



Studieplan Chi Neng Instituut opleiding Level 1

1. Conceptueel

Het Chi Neng Instituut (CNI) leidt mensen op tot instructeur in de Chi Neng Qigong. Deze Chinese bewegingsleer werd ontwikkeld door Dr. Pang Ming.

Het Chi Neng Instituut blijft zo dicht mogelijk bij de zuivere leer en doet er alles aan om de kwaliteit hoog te houden. We werken daarvoor samen met Teacher Li Hongshi. Teacher Li stond tien jaar aan het hoofd van de 'Teachers training division' in het Huaxia Zhineng Centre. In die functie was hij verantwoordelijk voor de training van alle Zhineng teachers. Daarnaast was hij verantwoordelijk voor het 'Recovery Centre'. De instructeurs van het Chi Neng Instituut hebben allemaal les gehad van Teacher Li.

De opleiding is toegankelijk voor iedereen die zich grondig wil verdiepen in deze bewegingsleer, bereid is thuis te trainen en inziet dat de opleiding bijdraagt aan het persoonlijke groeiproces van de student.

Na het afronden van de opleiding kunnen instructeurs lesgeven in eigen praktijk, bij bedrijven, in sportscholen en op scholen aan kinderen.

Wij hebben 20 jaar ervaring in het opleiden van instructeurs en wij bieden een uitgekiende balans tussen theorie, praktijk en zelfstudie. Er is bovendien veel ruimte voor persoonlijke aandacht en begeleiding.

2. Contextueel

De opleiding vindt plaats in het *Centrum voor mens en gezondheid: Het Gulden Hart* in Arnhem. Daar beschikt het CNI over een workshopruimte van 90m², een keuken, lift, twee toiletten (waarvan een voor minder validen), opbergruimte, stoelen, zitkussens, flip-overs, beamer en geluidsinstallatie.

Na elke klassikale module ontvangen de studenten een evaluatie formulier. Het examen bestaat uit een praktijkexamen waarbij alle oefeningen correct worden uitgevoerd, 10 theorievragen en een voortgangsverslag.

Tijdsinvestering

Klassikaal	72.50
Zelfstudie	180.00
Stage	8.00
Praktijkoefening	72.50
Intervisie	8.00
Toetsing en examen	16.00

Totaal	357.00
--------	--------

De kwaliteit van de scholing wordt bewaakt door evaluaties na elke opleidingsmodule met de studenten en docenten. Twee keer per jaar is er een docentenbijeenkomst waarin de kwaliteit hoofdonderwerp is. Bovendien blijven alle docenten bijscholen bij Teacher Li Hongshi.

3. Contentueel

De basisopleiding duurt minimaal één en maximaal twee jaar. Tijdens je opleiding heb je in totaal 21 verplichte opleidingsdagen verdeeld over verschillende workshops. Thuis werk je dagelijks aan een gong (een periode van 100 dagen waarin je één oefening doet). Onze opleiding is door diverse opleidingen geaccrediteerd en bestaat uit:

- eendaagse 'Introductiedag'
- drie keer een tweedaagse 'Basisworkshop, level 1'*
- tweedaagse workshop 'De Essentie' (theorie)
- tweedaagse workshop 'De Beleving' (vertaling naar dagelijks leven)
- twee keer een 'Trainingsdag level 1' (intensieve training)
- eendaagse workshop 'Traditionele Chinese Geneeskunde'
- eendaagse workshop 'Anatomie, qi en emoties'
- vierdaagse workshop 'Level 1' (met Teacher Li)
- één dag 'Examenvoorbereiding' (privé-begeleiding)
- een stagedag bij een eendaagse 'Introductiedag'

**examen tijdens de laatste tweedaagse basisworkshop*

Exameneisen Chi Neng Qigong instructeur level 1

Het examen tijdens je laatste tweedaagse workshop vraag je zelf (tijdig) aan bij het Chi Neng Instituut. Voorafgaand aan je examen training lever je een verslag in van je persoonlijke

ontwikkeling gedurende de opleiding. Tijdens het examen lever je de Gong-formulieren in van de Warming up, Lift Qi Up and Pour Qi Down (LQU), vijftig Wall Squats, 3-Centres Merge (3-CM) en Sway La Qi. Tijdens het examen verwachten we:

1. een correcte uitvoering van de Lift Qi Up, Wall Squats en de 3-CM;
2. uitvoering van vijftig Wall Squats;
3. uitvoering van 33 minuten armengong;
4. dat je een groep door de LQU kunt leiden zonder cd;
5. beantwoording van tien theorievragen, die gebaseerd zijn op de opleidingsmap.

Jaarlijkse update

Om gecertificeerd te blijven als instructeur van het Instituut dien je na het behalen van je level 1 diploma elk jaar een update te doen van minimaal één dag.

Herexamen is mogelijk en gaat altijd in overleg met het Chi Neng Instituut Nederland. Het herexamen neemt meestal één dag in beslag.