



Scuola Taoista di Arti Marziali S.T.A.M.

M° Jaime L. Vizconde

<http://www.scuola-taoista.it>

info@scuola-taoista.it

Prova Teorica

Corso Tai Chi Chuan

***Leggere Attentamente:

Inserire Cognome e Nome in stampatello. La prova scritta comprende 10 quesiti, 5 dei quali a risposta multipla e 5 a risposta aperta. Il tempo per eseguire la prova è di 15 minuti.
Ogni domanda ha il valore di 1pt. (punto), per superare questo esame bisogna ottenere almeno 6pt, rispondendo quindi a 6 domande.

Le risposte devono essere chiare ed uniche, le domande che abbiano una risposta imprecisa o non siano di facile lettura verranno automaticamente annullate, ad ogni risposta sbagliata verrà tolta dalla media della prova 1pt.

Buona fortuna***

Cognome _____ Nome _____ Grado attuale _____

Data _____

1. Quale tra i seguenti ideogrammi corrisponde al termine Tai Chi Chuan (Taiji Quan)?

a) 半馬步

b) 洪家拳

c) 少林拳

d) 太極拳

e) 形意拳

2. I quattro movimenti primari delle mani sono:

- a) Peng, parare; Lu, ritirarsi ruotando; Ji, premere; An, spingere
- b) Peng, parare; Cai, tirare verso il basso; Lu, ritirarsi ruotando; An, spingere
- c) Lie, dividere; Lu, ritirarsi ruotando; Ji, premere; Zhou, colpo di gomito.
- d) Lu, ritirarsi ruotando; Kao, colpo di spalla; Peng, parare; Cai, tirare verso il basso
- e) Lie, dividere; Cai, tirare verso il basso; Zhou, colpo di gomito; Kao, colpo di spalla.

3. Secondo la leggenda, quando nacque Chang Sang Feng, il Padre del Tai Chi Chuan?

- a) A mezza notte del 10 Marzo del 1247
- b) A mezza notte del 15 Luglio del 1327
- c) A mezza notte del 9 Aprile del 1247
- d) A mezzo giorno del 10 Marzo del 1427
- e) A mezzo giorno del 15 Luglio del 1327

4. Secondo la tradizione, il consigliere più importante dell'Imperatore Giallo Huang Ti, su questioni mediche sessuali era:

- a) Hsuan Nu, Fanciulla Misteriosa
- b) Chi Po, medico
- c) Peng Tze, taoista contemporaneo di Huang Ti
- d) Tsai Nu, Fanciulla Arcobaleno
- e) Su Nu, Fanciulla Semplice



Scuola Taoista di Arti Marziali S.T.A.M.

M° Jaime L. Vizconde

<http://www.scuola-taoista.it>

info@scuola-taoista.it

Prova Teorica

Corso Tai Chi Chuan

5. Solo una delle seguenti composizioni basata sui quattro tempi del respiro è corretta:

- a) Espirare, Inspirare, Aspettare e Trattenerne.
- b) Espirare, Trattenerne e Inspirare.
- c) Inspirare, Aspettare, Espirare e Trattenerne
- d) Inspirare, Trattenerne, Espirare e Aspettare
- e) Inspirare, Trattenerne, Espirare.

6. Le Tecniche Taoiste per il raggiungimento dell'immortalità sono compilate sotto due categorie diverse: Alchimia Esteriore Wai Tan, e Alchimia Interiore Nei Tan, descrivere velocemente differenze e caratteristiche.

7. Secondo il Tao Te Ching di Lao Tze, la Via, Tao, ha diverse caratteristiche: “è la madre dei diecimila esseri”, “è la valle”, “è come l'acqua”, “è come il legno grezzo”, “essa non muta”, “è l'uno” cosa vuol dire? Perché?

8. Nel'Arte dell'Uso del Bastone, Gung Shu, per le tecniche di bastone medio- lungo, differenziamo due tipi diverse, tecniche ad una testa e tecniche a due teste, perché quali sono le differenze e caratteristiche?

9. Descrivere la Forma Lu, “Ruotare all'indietro” o “Ritirarsi Ruotando”

10. Descrivere velocemente il diagramma Fu Tse Tai Chi o Teoria Tai Chi