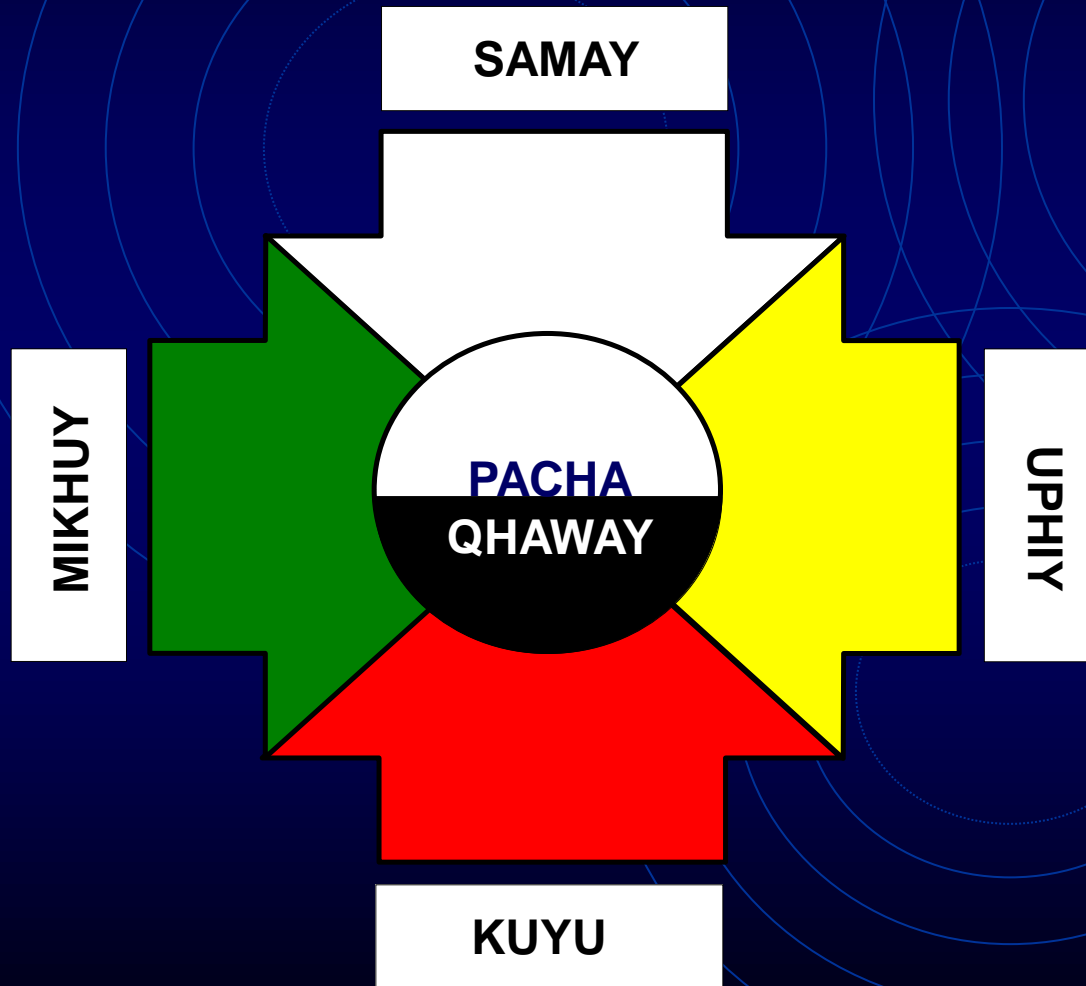


HANPI KUYU

El Movimiento Medicinal



4 Fundamentos de Salud y Medicina



HANPI SAMAY
Respiración Medicinal

HANPI KUYU
Movimiento Medicinal

HANPI MIKHUY
Alimentación Medicinal

HANPI UPHIY
El Beber Medicinal

PACHAQHAWAY
Contemplación







HANPI KUYU

Movimiento Medicinal

Lo inerte es rígido,
inmóvil. Lo vivo es
flexible, se mueve.

El movimiento nos
permite expresarnos
y ayuda a las
funciones vitales.

El Movimiento es Vida.



HANPI KUYU

Movimiento Medicinal

- El corazón se acelera para enviar sangre a los músculos
- La sangre transporta oxígeno y nutrientes
- Mayor irrigación sanguínea envía más oxígeno al cerebro
- Se necesita oxígeno para quemar ácidos grasos y glucosa para producir energía
- Aumenta el ritmo al cual el metabolismo quema energía

ALLIN KURKUN

Buen Estado Físico



- La práctica regular de Movimiento Medicinal ayuda a mantenerse saludable



- Un mínimo de 15 min. diarios baja el riesgo de sobrepeso, hipertensión, apoplejía o enfermedad coronaria



Movimientos Medicinales

***KUNTUR
KUYU***



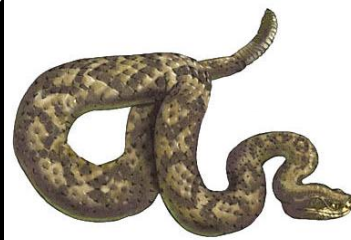
**M.M. del
Cóndor**

***POMA
KUYU***



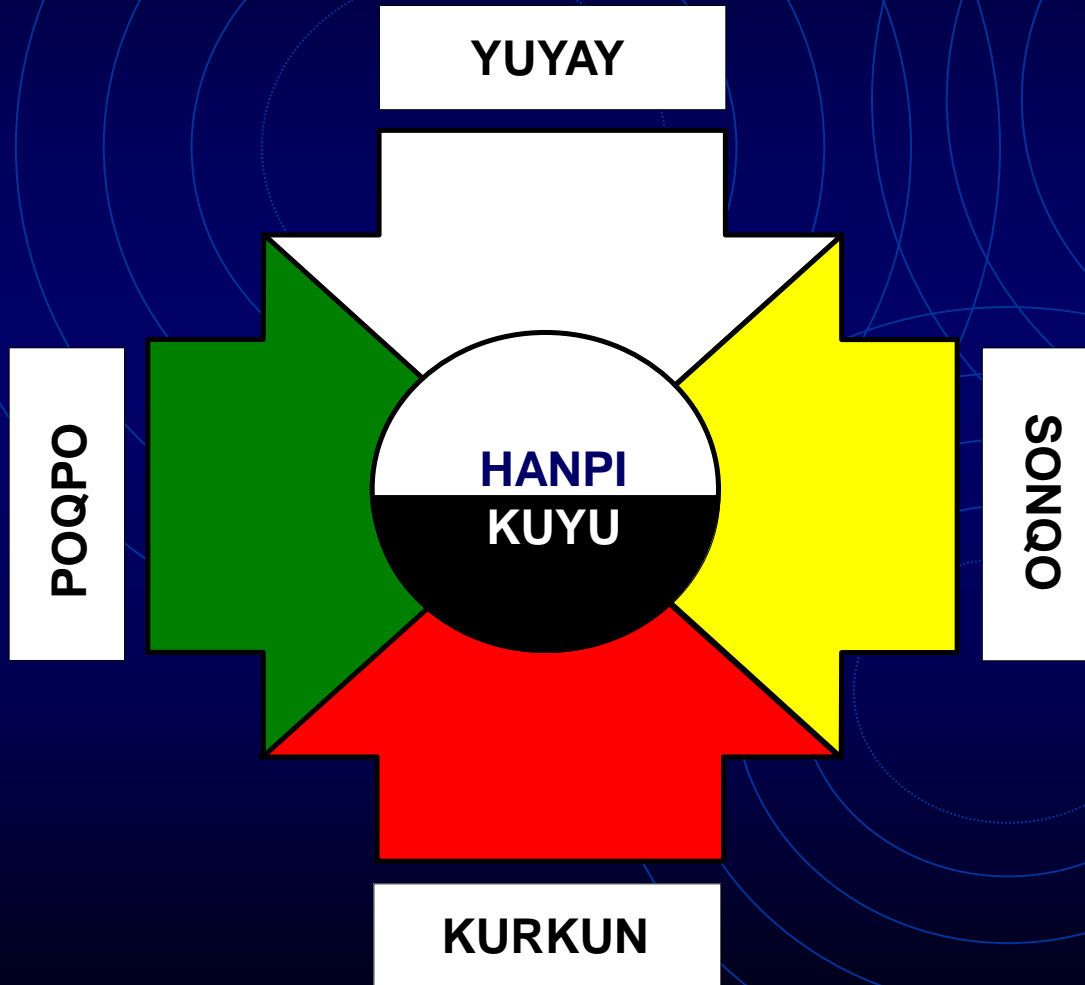
**M.M. del
Puma**

***KATARI
KUYU***



**M.M. de la
Serpiente**

Movimientos Medicinales



KURKUN KUYU

Físico

POQPO KUYU

Energético

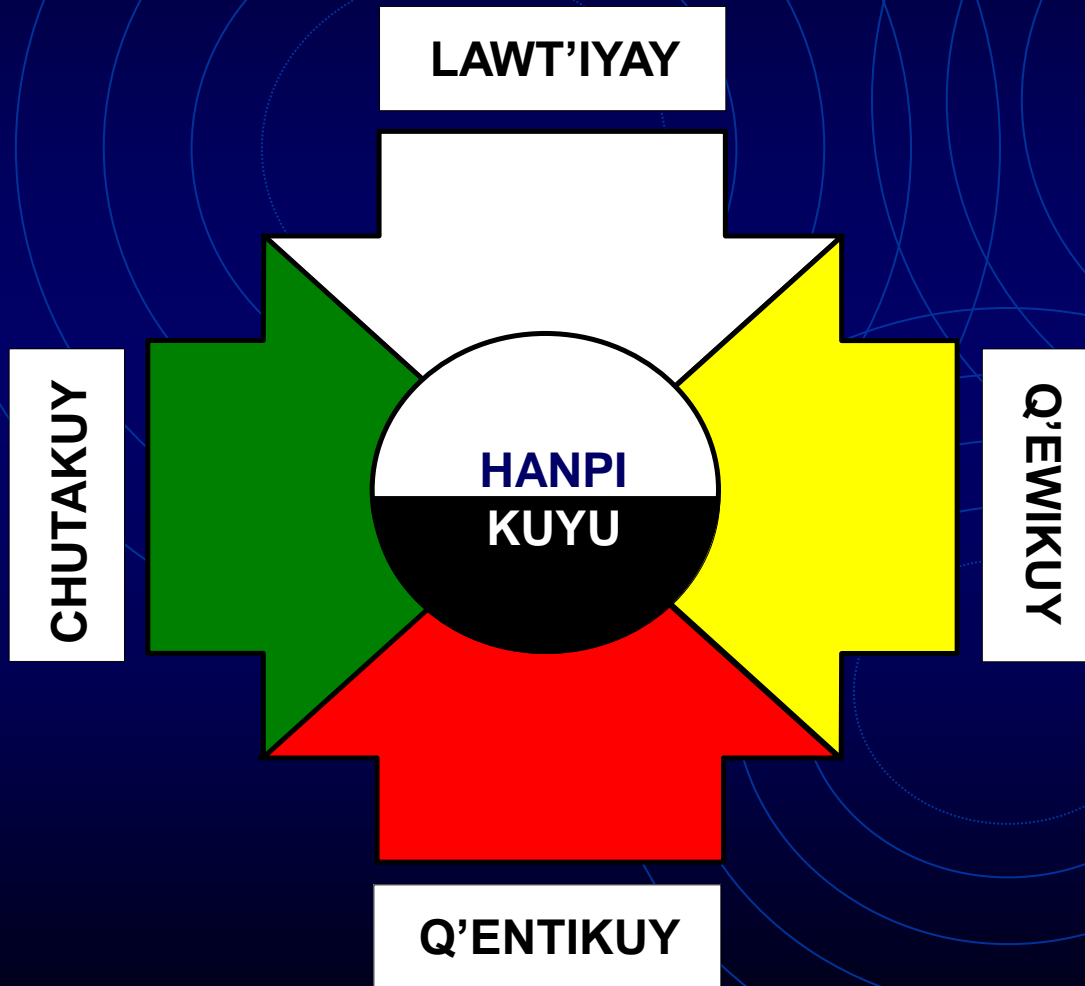
SONQO KUYU

Emocional

YUYAY KUYU

Mental

Movimientos Medicinales



CHUTAKUY

Estirarse, Elongar

Q'ENTIKUY

Contraerse, Tensionar

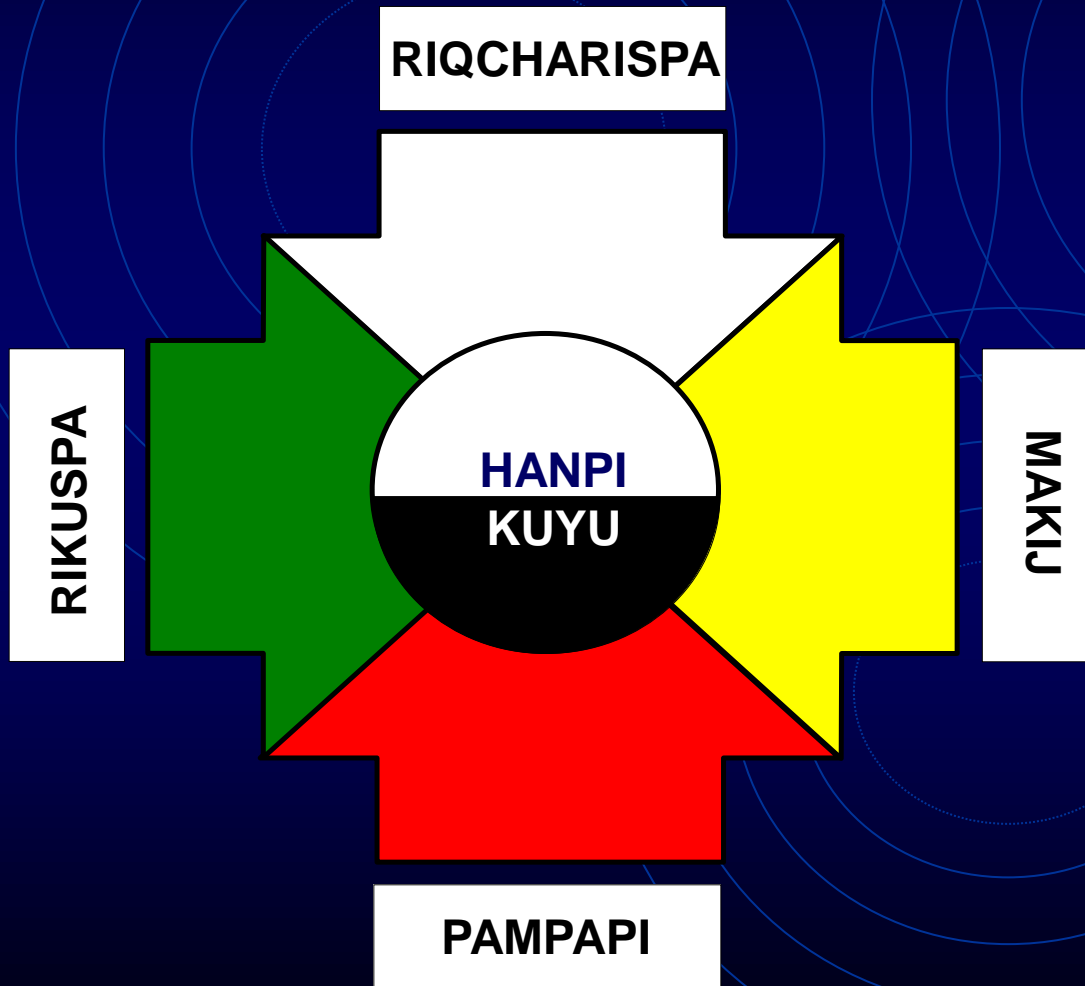
Q'EWIKUY

Torcerse, Torsionar

LAWT'YAY

Ablandarse, Relajar

Movimientos Medicinales



RIQCHARISPA KUYU

Al Despetar

PAMPAPI KUYU

En el Suelo

RIKUSPA KUYU

Al Andar

MAKIJ KUYU

De Manos

WILLAKUNA: Informes

- Delfor Wank'aymura Laymë
- medicinas@ancestrales.info
- Consejo “Antipunku”, Campo Quijano , Salta, Argentina
- Comunidad Qolla “Wasa Pukyu”, (Pers. Jur. 300/03)
Quebrada del T'urö – Salta - Qollasuyö - Tawantinsuyö
- Comunidad de Yatiris “Taki Sonqoy”, La Paz, Bolivia
- www.Medicinas,Ancestrales.info