



Taiji-Seminar in Ftan 2018



Vom **Donnerstag, 13.9. bis Sonntag, 16.9.2018** wird in Ftan fleissig trainiert. Sowohl Anfänger, wie auch Fortgeschrittene sind alle herzlich willkommen. Es stehen Doppelzimmer zur Verfügung, gegen einen Aufpreis (20.-) ist auch ein Einzelzimmer möglich. Das Seminar kostet 490.- inkl. Übernachtung, Vollpension und Trainingseinheiten (430.- für Freitagseinstieger). Bei Fragen, gibt euch Chris gerne Auskunft.

Programm:

Taijichuan 24er Form(Peking Form)
Yang-Stil Langform)

Pushhands Anwendungen der Taijichuan
Kampftechniken im Nahkampf und freiem Kampf

Waffen Yang-Stil Stockform
Yang Stil Schwertform

Qi Gong Da Yan Gong, Wildgans Qi Gong
Erste 64er Form
Einblick in die zweite 64er Form
Qi Gong der 12 energetischen Spiralen

Hsing Yi Chuan Stil Einzeltechniken und Anwendung der 5 Elemente
Drachenform

Wasserboxen (Liu He Ba Fa) Einführung in Teil 1 für Anfänger
Vertiefung von Teil 1 und Teil 2

Hsing Yi Chuan Stil, Einzeltechniken und Anwendung der 5 Elemente
Drachenform

