

Taijiquan – Vertiefungsstufe YinYang in Teil 3 - Fortsetzung

In diesem Kurs widmen wir uns den Yin- und Yang-Aspekten im Ablauf des 3.Teils. Alle Bewegungen werden auf Basis der beiden Gegenpole und ihrer Entsprechungen vertieft. So bewirken beispielsweise das Öffnen und Schließen, Sinken und Wachsen, Abgeben und Aufnehmen ein tieferes Verständnis für den Formablauf. Die Auseinandersetzung mit der Thematik führt zu einem besseren Verständnis der chinesischen Philosophie. Das Einbeziehen des Atemrhythmus in den Bewegungsablauf lässt eine neue Dynamik entstehen.

Inhalt: Die Bewegungen des Teil 3 werden weiter mit den Aspekten Yin und Yang vertieft, die Atmung wird integriert.

Zeiten: 10.09. – 03.12.2019 immer Dienstag
von 18.30 – 20.00 Uhr

Kursort: Mering, Lechstraße

Kosten: 180,-€
Bezuschussung durch gesetzliche Krankenkassen möglich

Anmeldung: 0821 714749
info@taichi-augsburg.de



irinaschenker

Taijiquan Qigong Reiki

Info: Irina Schenker
Kleestraße 11
86316 Friedberg
0821 – 71 47 49
info@taichi-augsburg.de
www.taichi-augsburg.de