

Taijiquan – Yang-Stil-Form, Teil 3 für Einsteiger und Wiederholer

Es werden Bewegungen des dritten Teils unterrichtet und die Inhalte des vorangegangenen Kurses wiederholt. Diese teilweise hohen Figuren des Teil 2 verkörpern die Zuordnung zum Himmel, wohingegen die des ersten Teils der Erde entsprechen. Der 3. Teil symbolisiert die Verbindung dieser beiden Pole, den Mensch. Neben dem Üben des Formablaufs werden über vorbereitende Übungen die optimale Körperhaltung und neue Figuren geübt. Die richtige Körperhaltung, eine gute Körperwahrnehmung und ein stabiler Stand sind das Geschenk aus diesen Übungen.

Inhalt: Der dritte Teil der traditionellen Yang-Stil-Form wird Hauptinhalt des Kurses sein.

Zeiten: 16.01. - 03.04.2025 immer Donnerstag von 9.15 – 10.45 Uhr (kein Kurs am 06.02.)

Kursort: Mering, Martin-Luther-Haus, Martin-Luther-Straße 3

Kosten: 169 € für 10 Termine (Krankenkassen-subventioniert)

Anmeldung: info@taichi-augsburg.de
0176 55 48 98 64



Info: Irina Schenker
Kleestraße 11
86316 Friedberg
0176.55 48 98 64
info@taichi-augsburg.de
www.taichi-augsburg.de