

Wo?

Dao Zentrum Berlin

Bouchèstraße 19

12435 Berlin Kreuzberg

Kontakt:

Axel Sobanski

0172 397 31 18

**Interpretation aus der Abhandlung über
Tai Chi Chuan
(klassische Schriften)**

Der Ursprung liegt in der Wurzel (Jongchuan)
die Kraft entwickelt sich über die Beine,
sie expandiert sich über die Hüften,
kommt über die Hände und die Finger zum
Vorschein

Von der Wurzel bis zur Quelle, soll alles in einem
Zug ausgeführt werden.
Gibt es Stellen, wo der Körper nicht verbunden
ist,
wirst Du keine günstige „Gelegenheit“ erlangen.

Erlangst Du keine günstige Gelegenheit
geschieht dies nur deshalb,
weil der Körper aufgelöst ist.

Der Fehler ist in der Wurzel, in der Hüfte und in
der Verbindung zu suchen.
Oben, unten, hinten, links, rechts....
alles ist entscheidend.
All dies hat mit **der Aufmerksamkeit** zu tun,
wobei nicht das Äußere gemeint ist



**Workshop mit
Meister
Fernando Chedel
am
10. bis 12. Februar
2012**



Freitag 10.02.

19:00 Uhr bis 21:00 Uhr (ein Block)

Kurze Form 1

Meister Fernando wird mit uns die Ma Tsun Kuen Kurzform üben. Dabei werden wir sowohl die Bewegungen als auch einige Anwendungsbeispiele dazu benutzen, die Hintergründe unserer Form besser verstehen zu lernen.

Der Kurs richtet sich an alle!! Auch an Einsteiger

Samstag 11.02.

10:00 – 13:00

Tai Chi Tsao + Kurze Form 2

Anwendungen und Vertiefung

Kurzformkenntnisse vertiefen

15:00 – 18:00

Lange Form 1

Dieser Kurs richtet sich an alle, die die Lange Form angefangen haben, oder anfangen wollen, oder schon komplett ausführen können. Korrektur und Üben von verschiedenen Figuren aus der Form werden uns weitere Erkenntnisse über unser Tai Chi geben. Schritte und Anwendungen werden in Partnerübungen eine gute Vorbereitung für die nächste Entwicklungstufe darstellen.

Sonntag, 12.2.

10:00 Uhr bis 13.00 Uhr

Lange Form 2

Step by step

vertiefen und üben

Kosten :

Gesamter Workshop (4 Kursblöcke): 250 €

Preis 1 Block: 100 €

Preis 2 Blöcke: 160 €

Preis 3 Blöcke: 210 €

Zahlbar, bar am Veranstaltungstag!

In den jeweiligen Unterrichts- Blöcken ist eine Pause von ca. 15 Minuten enthalten. Die offizielle Sprache der Veranstaltung ist Englisch. Mir ist bekannt, dass auf der Veranstaltung Filmaufnahmen gemacht werden und ich erkläre mich mit meiner Unterschrift auf der Anmeldung damit einverstanden, gefilmt zu werden sowie damit, dass diese Aufnahmen veröffentlicht werden. Mit der Unterschrift erkläre ich mich in der Lage, an der Veranstaltung teilzunehmen und dass ich bereit bin, für mich selbst verantwortlich zu sein.

Anmeldung zum Workshop

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Workshop an.

Name/ Email/ Telefon:

ich möchte alle Blöcke buchen

Kurze Form 1

Kurze Form 2

Lange Form 1

Lange Form 2

Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, werden die Anmeldungen nach ihrem Eingang berücksichtigt. Nur das unterzeichnete Anmeldeformular gilt als verbindliche Anmeldung. Anmeldebestätigungen werden nicht verschickt. Ich komme für von mir verursachte Schäden selbst auf. Ich erkenne die Teilnahmebedingungen an.

Datum/Unterschrift:
