



01. – 07.07. 2017

Ferienkurs in Achberg, Allgäu Drachen und Tiger Qi Gong - Tai Chi Yang Familienstil

Das Tagungshaus hat einen herrlichen Blick über den Bodensee bis zu den Alpen. Eine wunderbare Umgebung, um mit Qi Gong und Tai Chi Energie zu tanken und sich im Schwimmbad zu entspannen.



Laotse:

*Der Mensch ist bei seiner Geburt biegsam und zart,
bei seinem Tode steif und starr.
Die zehntausend Wesen, die Kräuter und Bäume
sind bei ihrem Entstehen biegsam und saftig,
bei ihrem Absterben trocken und dürr.
Daher: Hart und starr sind des Todes Gefährten,
biegsam und zart sind des Lebens Gefährten.*

Entspannung und die dadurch mögliche Dehnung öffnen im Tai Chi und Qi Gong die Kanäle, die Meridiane, durch die das Qi fließt. Qi ist die Lebensenergie.





Kurs A: Drachen und Tiger Qi Gong

ist ein lebendiges Qi Gong System zur Stärkung und Harmonisierung des Energiehaushalts. Die sieben Übungen öffnen die Sinne für die Welt des Qi. Die Übungen sind ein guter Weg, um mit Energie umzugehen, Energie zu aktivieren und zu speichern. Körper und Geist werden durch neue Wahrnehmungen wach, und wir begreifen, wie aus Ruhe und Harmonie Kraft und Präsenz entstehen – eine Qualität des Lebens, die man nicht mehr missen möchte. Kraft und Präsenz helfen, den Alltag in einem anderen Licht zu sehen, er wird dadurch leichter und vergnüglicher.

Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene.

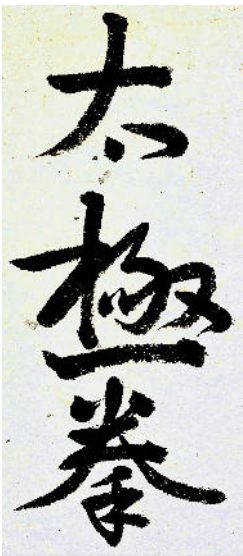
Kurs B: Tai Chi Chuan – Yang Ma Lee Familienstil

Im Yang Familien Stil werden Softening Exercises, Qi Gong, Partnerübungen und die Tai Chi Form zu einem System, in dem sich die Teile gegenseitig ergänzen. Softening Exercises machen den Körper weich und flexibel und öffnen ihn für die Energiearbeit. Qi Gong Übungen (Energiearbeit) stärken das Verständnis, wie das Qi in der Tai Chi Form eingesetzt wird. In den Partnerübungen erfahren wir, inwieweit wir das Gelernte richtig umsetzen.

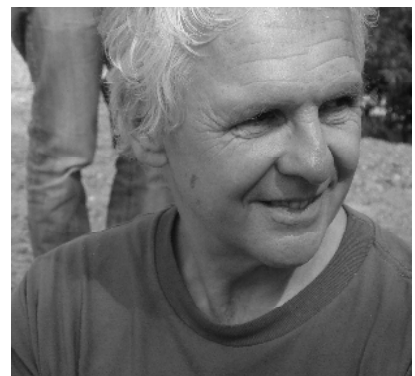
Im Ferienkurs können wir die ganze Vielfalt des Tai Chi kennenlernen.

Abendkurs für alle: Das Qi im Körper spüren und leiten

Verschiedene Übungen: Alleine und zu Zweit, die die Wahrnehmung für das Qi entwickeln.



Moritz Dornauf ist Qualifizierter Tai Chi und Qi Gong Lehrer.
Seit 1981 leitet er seine eigene Schule n Darmstadt



Kurszeiten

Kurs A:	09:00 – 10:30 Uhr	16:45 – 17:45 Uhr
Kurs B:	10:30 – 12:30 Uhr	18:00 – 19:00 Uhr
Abendkurs für alle:	ab 20:30 Uhr	Mittwoch ab Mittag frei!

An- und Abreise:

Anreise:	Samstag, 01. Juli (bis eine Stunde vor Kursbeginn)	Kursbeginn:	16:45 Uhr
Abreise:	Freitag, 07. Juli (nach dem Mittagessen)	Kursende:	12:30 Uhr

Kursgebühr / Anmeldung

*Bei Anmeldung bis zum 31.04.2017 (Poststempel):

Kurs A:	285,- €* / 315,- €
Kurs B:	330,- €* / 360,- €
Beide Kurse:	580,- €* / 650,- €

*Es besteht die Möglichkeit einer Seminar-Versicherung:

<http://www.taichi-darmstadt.de/kurse/versicherung.htm>

Kurse bitte mit speziellem Anmeldeformular anmelden.

Moritz Dornauf: Sparkasse Darmstadt
IBAN: DE39 5085 0150 0118 0026 60

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:

Moritz Dornauf, 0162 – 49 73 106, www.taichi-darmstadt.de, taichidarmstadt@aol.com

Unterkunft und Verpflegung

Die Bezahlung ist direkt an das Tagungshaus zu entrichten!

Bitte gebt vor Eurer Anreise an, ob Ihr vegetarische Kost wünscht!

Humboldt Haus Panoramastr.30
D-88147 Achberg
Tel. 0 83 80 - 335

www.humboldt-haus.de
info@humboldt-haus.de

Einzelzimmer	78,- Euro
Großes Zweibettzimmer	69,- Euro
Kleines Zweibettzimmer	65,- Euro
Zelten	45,- Euro
Wohnmobil	47,- Euro

Anmeldung

Ferienkurs Achberg 01. – 07.07. 2017

Antwort an: Moritz Dornauf - Ringstr. 107 - 64297 Darmstadt

Ich melde mich verbindlich an (bitte ankreuzen)

<input type="checkbox"/> Kurs A	Name, Vorname
<input type="checkbox"/> Kurs B	
Unterkunft/Verpflegung	Straße
<input type="checkbox"/> Einzelzimmer	
<input type="checkbox"/> großes Zweibettzimmer	PLZ / Ort
<input type="checkbox"/> kleines Zweibettzimmer	
<input type="checkbox"/> Zelt	Telefon
<input type="checkbox"/> Essen am Abreisetag	
<input type="checkbox"/> vegetarisches Essen	E-Mail

Haftung: Die Teilnahme besteht auf eigene Gefahr. Die Veranstalter und Referenten übernehmen keine Haftung. Bei Bedenken spreche ich mich mit einem Arzt ab. Kursgebühren werden bis 07.05.2017 auf obenstehendes Konto überwiesen. Bei Rücktritt bis 4 Wochen vor Kursbeginn wird der Kursbeitrag erstattet. Eine spätere Abmeldung ist nur bei Stellung eines Ersatzteilnehmers möglich.

Hiermit erkläre ich mein Einverständnis mit oben stehenden Vertragsverbindungen.

.....Datum / Unterschrift.....