

Wochenplan 2017-2018

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		09:30 - 11:00 Tai Chi Yang Stil Anfänger und Fortgeschrittene		
		10:30 Tai Chi Form ganz offen für alle Kursteilnehmer	16:30 Tai Chi Yang Stil Anfängerkurs	
		17:45 Tai Chi Yang Stil <u>Schwert Form</u>	17:30 Ba Gua Zhang Übungsstunde	17:00 Übungsstunde Waffenformen
18:00 Qi Gong – Stehen wie ein Baum	18:00 – 19:15 Zeit für Privatstunden	18:45 Tai Chi Form ganz offen für alle Kursteilnehmer	18:00 Ba Gua Zhang Anfänger und Fortgeschrittene	17:30 Tai Chi Form ganz offen für alle Kursteilnehmer
19:15 Tai Chi Yang Stil Anfängerkurs	19:15 – 20:15 Zeit für Privatstunden	19:15 Tai Chi Wu Stil Anfänger und Fortgeschrittene	19:15 Tai Chi Yang Stil Fortgeschrittene	18:00 freie Übungsstunde
20:30 Zeit für Privatstunden	20:30 Tai Chi Wu Stil und Yang Stil Anfänger und Fortgeschrittene	20:30 Ba Gua Zhang Anfänger und Fortgeschrittene	20:30 Push Hands offen für alle Kursteilnehmer	

Monatsplan 2017-2018

Kurse mit		Moritz Dornauf	Birgit Schmid	Sascha Dablan	
August 2017	September 2017	Oktober 2017	November 2017	Dezember 2017	Januar 2018
13.08. 10:00-12:30 <u>Tai Chi Wu Stil</u> Kurzform 14:30 – 17:00 <u>Tai Ji Wu Xing Ba Gua</u> <u>Zhang</u> Kurzform	09.09. 10:00-12:30 <u>Ba Gua Zhang</u> Partnerform 14:30 – 17:00 <u>Selbstverteidigung</u> unter dem Aspekt der inneren Kampfkünste	07.10. 10:00-12:30 <u>Ba Gua Zhang</u> Partnerform 14:30 – 17:00 <u>Selbstverteidigung</u> unter dem Aspekt der inneren Kampfkünste	04.11. 10:00-12:30 <u>Tai Chi Wu Stil</u> Kurzform 14:30 – 17:00 <u>Tai Ji Wu Xing Ba Gua</u> <u>Zhang</u> Kurzform	09.12. 10:00-12:30 <u>Tai Chi Wu Stil</u> Kurzform 14:30 – 17:00 <u>Tai Ji Wu Xing Ba Gua</u> <u>Zhang</u> Kurzform	08.-11.01.2018 <u>Intensivkurse</u> Siehe Extraprogramm 21.01. 10:00-12:30 <u>Qi Gong</u> Three Treasures – Erde 14:30 – 17:00 <u>Qi Gong</u> Erdenergie für -Sektion 5-8
19.08. 10:00-12:30 <u>Ba Gua Zhang</u> Partnerform 14:30 – 17:00 <u>Selbstverteidigung</u> unter dem Aspekt der inneren Kampfkünste	16.09. 10:00-12:30 <u>Tai Chi Schwert Form</u> 14:30 – 17:00 <u>Tai Chi Säbel Form</u>	08.10. 10:00-12:30 <u>Tai Chi Wu Stil</u> Kurzform 14:30 – 17:00 <u>Tai Ji Wu Xing Ba Gua</u> <u>Zhang</u> Kurzform	05.11. 10:00-12:30 <u>Qi Gong</u> Three Treasures – Mensch 14:30 – 17:00 <u>Qi Gong</u> Erdenergie für Frauen Circle Walk/Augen	10.12. . 10:00-12:30 <u>Qi Gong</u> Three Treasures – Himmel 14:30 – 17:00 <u>Qi Gong</u> Erdenergie für -Sektion 1-4	
20.08. 10:00-12:30 <u>Qi Gong</u> Three Treasures – Mensch 14:30 – 17:00 <u>Qi Gong</u> Erdenergie für Frauen – Circle Walk/Augen	17.09. 10:00-12:30 <u>Qi Gong</u> Three Treasures – Himmel 14:30 – 17:00 <u>Qi Gong</u> Erdenergie für Frauen – Sektion 1-4	15.10. 10:00-12:30 <u>Qi Gong</u> Three Treasures – Erde 14:30 – 17:00 <u>Qi Gong</u> Erdenergie für -Sektion 5-8	11.11. 10:00-12:30 <u>Ba Gua Zhang</u> Partnerform 14:30 – 17:00 <u>Selbstverteidigung</u> unter dem Aspekt der inneren Kampfkünste		
	23./24.09. jeweils 10:00 – ca. 17:00 <u>Tai Chi Lehrkurs</u>				