



Zentrum Koblenz
Bonn - Koblenz - Köln - Bad Münstereifel

Tai Chi Zentrum Koblenz

Diplom-Psychologe Markus Schmitt
Psychotherapeut, Heilpraktiker (PT)

Firmungstraße 2

56068 Koblenz

Fon: 0261-309090

Email: info@tai-chi-chuan.com

Internet: www.tai-chi-chuan.com

An der ersten Unterrichtsstunde
kann man zur Probe kostenlos
teilnehmen. Bitte melden Sie sich
unverbindlich schriftlich an.

Name _____
Vorname _____
Straße _____
PLZ/Ort _____
Telefon _____
Email _____
Kursnummer _____

Bitte ausfüllen, abschneiden und einreichen:

Unverbindliche Anmeldung
zu einer **kostenlosen Probestunde**

Verbindliche Anmeldung
zu einem **Wochenendkurs**

III. Trimester – 01.10.2011 - 31.01.2012

Kurse für traditionelles,
gesundheitsorientiertes Tai Chi & Chi Kung



Bonn - Koblenz - Köln - Bad Münstereifel

Tai-Chi-Anfängerkurse	
ab 15.11.'11, dienstags, 19.30 - 20.45 Uhr	ab 10.01.'12, dienstags, 17.00 - 18.15 Uhr
ab 18.11.'11, freitags, 15.30 - 16.45 Uhr	Kosten: 49,- € / Monat

Kostenlose Einführungsstunde: Jeden ersten Montag im Monat 20.00 - 21.00 Uhr.

Näheres zu unseren Kursinhalten, medizinischen Indikationen, gesundheitlichen Wirkungsweisen und historischen Informationen finden Sie unter www.tai-chi-chuan.com oder rufen Sie uns an unter: 0261 / 30 90 90.

Aktuelle Kurse finden Sie auch im Internet.

- Wochenendseminare:
- Partnerübungen: 28./29.01.'12, Kosten: 95,- €
- Tageskurs Formvertiefung: 17.03.'12, Kosten 35,- €
- Waffenform: 16./17.06.'12, Kosten: 95,- €
- Tageskurs Formvertiefung: 15.09.'12, Kosten 35,- €
- Taoistische Meditation: 10./11.'12, Kosten: 95,- €

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Übungsraum 1	Übungsraum 2	Übungsraum 1	Übungsraum 2	Übungsraum 1	Übungsraum 2	Übungsraum 1	Übungsraum 2	Übungsraum 1	Übungsraum 2
		09.15 - 10.30 Inneres Yin-Yang System und Vertiefung						15.30 - 16.45 Anfängerkurs ab 18.11.11	
		10.30 - 11.45 Formkurs Teil 3						16.45 - 18.00 Formkurs Teil 1	
17.30 - 18.45 Formkurs Teil 2	17.30 - 18.45 Inneres Yin-Yang System und Vertiefung	17.00 - 18.15 Anfängerkurs ab 10.01.'12		17.00 - 18.15 Kua-Bewegung				18.00 - 22.00 allgemeine Übungsstunde und Waffenformen	18.00 - 19.00 Dao Yin
	18.45 - 20.00 Inneres Yin-Yang System und Vertiefung	18.15 - 19.30 Formkurs Teil 2		18.15 - 19.30 Inneres Yin-Yang System und Vertiefung	18.15 - 19.30 Formkurs Teil 2	18.15 - 19.30 Kua-Bewegung			19.00 - 20.00 taoistische Meditation
20.00 - 22.00	20.00 - 21.15 6 Harmonien in Säule Seidenübung und Form	19.30 - 20.45 Inneres Yin-Yang System und Vertiefung	19.30 - 20.45 Anfängerkurs ab 15.11.11	19.30 - 20.45 Inneres Yin-Yang System und Vertiefung	19.30 - 20.45 Formkurs Teil 2	19.30 - 20.45 Yin-Yang Form	19.30 - 20.45 Formkurs Teil 2		20.00 - 20.15 Formpraxis
20.00 - 21.15 <small>kostenlose Einführungsstunde am 1. Montag im Monat</small>	21.15 - 22.00 allgemeine Übungsstunde				20.45 - 22.00 Yin-Yang Form	20.45 - 22.00 Formkurs Teil 2	20.45 - 22.00 Formkurs Teil 1		20.15 - 22.00 allgemeine Übungsstunde

Unterrichtsfrei: 22. - 30.12.'11 sowie an gesetzlichen Feiertagen. Die Übungsstunden am Freitag, von 18.00 - 22.00 Uhr finden immer statt!

KURSTEILNAHME

Jeder Schüler besucht seinen wöchentlichen Stammkurs.
Kosten: 49,- €/ Monat

Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, zur Vertiefung an allen Parallelkursen (dies sind alle Kurse mit der gleichen Kursbezeichnung wie der Stammkurs) des eigenen Stammkurses kostenlos teilzunehmen.

Zusätzlich besteht die Möglichkeit, zur Wiederholung an allen Kursen, die weniger fortgeschritten sind als der eigene Stammkurs (dies sind alle Kurse, die in der nebenstehenden Tabelle oberhalb des Stammkurses angeordnet sind), kostenlos teilzunehmen.

Alle Übungsstunden sind offene Kurse, an denen alle Schüler des Tai Chi Zentrums Koblenz uneingeschränkt und kostenlos teilnehmen können.

Der Kurs Dao Yin und der Kurs taoistische Meditation sind ebenfalls offene Kurse, an denen alle Schüler des Tai Chi Zentrums Koblenz uneingeschränkt und kostenlos teilnehmen können.

Einzelunterricht ist jederzeit nach Vereinbarung möglich.
Kosten: 40,- €/ Stunde

So hat jeder die Möglichkeit, unser Zentrum fast täglich zu besuchen.

DER AUFBAU DER KURSE

ungefährer Zeitplan

- Kursbeginn
- 1. Trimester
- 2. / 3. / 4. Trimester
- im 2. Jahr
- im 3. Jahr
- im 4. Jahr
- ab 5. Jahr

weitere Inhalte in Wochenendkursen

Veranstaltungen

Kursbezeichnung

- neuer Einsteigerkurs
- Formkurs Teil 1
- Formkurs Teil 2
- Formkurs Teil 3
- Yin-Yang Form
- Kua-Bewegung (Zentrumsbewegung)
- 3 Kreise
- Armspirale und Tui Shou
- Beinspirale und Tui Shou
- Inneres Yin-Yang System und Vertiefung
- Säbelform, Schwertform, Stockform, San Shou, taoistische Meditation (s. Aushang)
- Aktuelle Termine für Vorträge zu den Themengebieten taoistische Philosophie und chinesische Geschichte finden Sie unter www.tai-chi-chuan.com