

241L37087

Taijiquan für Anfänger:innen und Wiedereinsteiger

Beginn	Montag, 03.06.2024, 17:15 - 18:45 Uhr
Kursgebühr	60,00 €
Dauer	6 Termine
Kursleitung	Ralf Kiefer
Informationen	Bitte mitbringen: Schuhe mit flacher Sohle.
Kursort	Bürgerhaus Rotenberg, , 69231 Rauenberg

Taiji ist eine alte chinesische Kampfkunst, die auf der Yin-Yang-Philosophie beruht und als "Meditation in Bewegung" verstanden werden kann. Entspannungs-, Atem- und Bewegungsübungen können zu geistiger Ruhe, besserer Konzentrationsfähigkeit, größerer Ausgeglichenheit und damit zu gesteigertem Wohlbefinden führen. Die ruhigen fließenden Bewegungsfolgen verbessern die Körperwahrnehmung und Haltung. Kursziel ist das schrittweise Erlernen der Kurzform nach Großmeister William C. C. Chen. Es wird im klassischen Yang-Stil nach Prof. Cheng Manching unterrichtet.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
03.06.2024	17:15 - 18:45 Uhr	Rauenberg, OT Rotenberg, Bürgerhaus, In den Heiligenwiesen
10.06.2024	17:15 - 18:45 Uhr	Rauenberg, OT Rotenberg, Bürgerhaus, In den Heiligenwiesen
17.06.2024	17:15 - 18:45 Uhr	Rauenberg, OT Rotenberg, Bürgerhaus, In den Heiligenwiesen
24.06.2024	17:15 - 18:45 Uhr	Rauenberg, OT Rotenberg, Bürgerhaus, In den Heiligenwiesen
01.07.2024	17:15 - 18:45 Uhr	Rauenberg, OT Rotenberg, Bürgerhaus, In den Heiligenwiesen
08.07.2024	17:15 - 18:45 Uhr	Rauenberg, OT Rotenberg, Bürgerhaus, In den Heiligenwiesen

[Kurs-Details online ansehen](#)

vhs Südliche Bergstraße e.V.
Ringstr. 1
69168 Wiesloch

Telefon: 06222 / 9296-0
E-Mail: info@vhs-sb.de
Internet: www.vhs-sb.de

Impressum: www.vhs-sb.de/impressum
Datenschutz: www.vhs-sb.de/datenschutz
AGB: www.vhs-sb.de/agb