

Tao-Chi Duisburg Kursplan im Herbst 2023 (Vorschau)

Kursplan des Tao-Chi Dojo in Duisburg für September / Oktober 2023, dem Monat des "Hahn im Käfig" - [58 XIN YOU]

(die Anzahl der Teilnehmer pro Kurseinheit ist auf 8 Personen / freitags 5 begrenzt)



KW	Montags	Dienstags	Mittwochs	Donnerstags	Freitags	Samstags	Sonntags	
37	11.09.	12.09.	13.09.	14.09.	15.09.	16.09.	17.09.	
	18:00 - 19:30 Uhr Tai-Chi Ch'uan mit Thomas A. Blume	19:30 - 21:00 Uhr "MiChuan TaiJiQuan" die 64ger Form aus dem "Tai-Chi der Wudang-Berge" mit Jörg und "Ocka" Song	Sommer-Pause				11:00 - 12:00 Uhr Chan Mi Gong mit Thomas das "Wirbelsäulen QiGong"	8:00 - 9:30 Uhr Chan "das Sitzen üben" Zen - Meditation 10:00 - 15:00 Uhr "Chang-Gu" Trommeln mit "Ocka" Song
38	18.09.	19.09.	20.09.	21.09.	22.09.	23.09.	24.09.	
	18:00 - 19:30 Uhr Tai-Chi Ch'uan mit Thomas A. Blume	19:30 - 21:00 Uhr "Hsing-I & BaGua Zhang" Basis-Übungen aus den Grundtechniken der "inneren Kampfkünste" "MiChuan TaiJiQuan" das Tai-Chi der Wudang-Berge	20:00 - 21:30 Uhr Tai-Chi Ch'uan und QiGong mit Birgit und Bernd Grätz	!!! 19:00 - 20:00 Uhr !!! Hsing-I das 5-Elemente-Boxen Grundlagen der Inneren Kampfkunst: die 5 Elemente "Linking-Form" Tierformen	19:30 - 20:45 Uhr "Chan / Zen" Meditation in den Schwertkampfkünsten mit Horst und Heike	7:30 - 9:00 Uhr Studienkreis zum Spiel der 5 Tiere 9:15 - 10:45 Uhr Shaolin Kung-Fu mit Horst incl. Hsing-I, "Linking-Form" 11:00 - 12:00 Uhr QiGong der 4 Jahreszeiten Tao-Chi Kung mit Horst		
39	25.09.	26.09.	27.09.	28.09.	29.09.	30.09.	01.10.	
	18:00 - 19:30 Uhr Tai-Chi Ch'uan mit Thomas A. Blume	19:30 - 20:30 Uhr "Nei Dan" 18 Übungen des Inneren Elixiers das QiGong der Wudang-Berge plus Basis-Übungen zur "Form der Schlange" aus dem "Spiel der 5 Tiere" der Wudang-Berge	20:00 - 21:30 Uhr Tai-Chi Ch'uan und QiGong mit Birgit und Bernd Grätz	!!! 19:00 - 20:00 Uhr !!! "Xiang Gong" das Duft QiGong "das Drachen-Tor öffnen" aus dem Tai-Chi der Shaolin-Schule	19:30 - 20:45 Uhr "Chan / Zen" Meditation in den Schwertkampfkünsten mit Horst und Heike	7:30 - 9:00 Uhr Studienkreis zum Spiel der 5 Tiere 9:15 - 10:45 Uhr Shaolin Kung-Fu incl. Hsing-I, "Linking-Form"	8:00 - 9:30 Uhr Tao "Meditation und Übungen" Daoistische Praxis 10:00 - 15:00 Uhr "Chang-Gu" Trommeln mit "Ocka" Song	
40	02.10.	03.10.	04.10.	05.10.	06.10.	07.10.	08.10.	
	9:30 - 14:00 Uhr reserviert für Privat-Unterricht Coaching	Buddhas Freunde im Tao-Chi Dojo Duisburg Meditation 8:30 bis 17:00 Uhr	Welttierschutztag 20:00 - 21:30 Uhr Tai-Chi Ch'uan und QiGong mit Birgit und Bernd Grätz	!!! 19:00 - 20:00 Uhr !!! Hsing-I das 5-Elemente-Boxen Grundlagen der Inneren Kampfkunst: die 5 Elemente "Linking-Form" Tierformen	19:30 - 20:45 Uhr "Chan / Zen" Meditation in den Schwertkampfkünsten mit Horst und Heike	7:30 - 9:00 Uhr Studienkreis zum Spiel der 5 Tiere 9:15 - 10:45 Uhr Shaolin Kung-Fu mit Horst incl. Hsing-I, "Linking-Form" 11:00 - 12:00 Uhr QiGong der 4 Jahreszeiten Tao-Chi Kung mit Horst		



Kursplan des Tao-Chi Dojo in Duisburg für Oktober / November 2023, dem Monat des "Wachhundes" - [59 REN XU]

(die Anzahl der Teilnehmer pro Kurseinheit ist auf 8 Personen / freitags 5 begrenzt)



KW	Montags	Dienstags	Mittwochs	Donnerstags	Freitags	Samstags	Sonntags
41	09.10.	10.10.	11.10.	12.10.	13.10.	14.10.	15.10.
	18:00 - 19:30 Uhr Tai-Chi Ch'uan mit Thomas A. Blume	19:30 - 21:00 Uhr "MiChuan TaiJiQuan" das Tai-Chi der Wudang-Berge incl. Hsing-I Arbeit an der "Linking-Form"	20:00 - 21:30 Uhr Tai-Chi Ch'uan und QiGong mit Birgit und Bernd Grätz	!!! 19:00 - 20:00 Uhr !!! "Xiang Gong" das Duft QiGong mit Horst und Heike "das Drachen-Tor öffnen" aus dem Tai-Chi der Shaolin-Schule	19:30 - 20:45 Uhr "Chan / Zen" Meditation in den Schwertkampfkünsten mit Horst und Heike	7:30 - 9:00 Uhr Studienkreis zum Spiel der 5 Tiere 9:15 - 10:45 Uhr Shaolin Kung-Fu mit Horst incl. Hsing-I, "Linking-Form" 11:00 - 12:00 Uhr QiGong der 4 Jahreszeiten Tao-Chi Kung mit Horst	8:00 - 9:30 Uhr Chan "das Sitzen üben" Zen - Meditation
42	16.10.	17.10.	18.10.	19.10.	20.10.	21.10.	22.10.
	18:00 - 19:30 Uhr Tai-Chi Ch'uan mit Thomas A. Blume	19:30 - 21:00 Uhr "Hsing-I & BaGua Zhang" Basis-Übungen aus den Grundtechniken der "inneren Kampfkünste" "MiChuan TaiJiQuan" das Tai-Chi der Wudang-Berge	20:00 - 21:30 Uhr Tai-Chi Ch'uan und QiGong mit Birgit und Bernd Grätz	!!! 19:00 - 20:00 Uhr !!! Hsing-I das 5-Elemente-Boxen Grundlagen der Inneren Kampfkunst: die 5 Elemente "Linking-Form" Tierformen	19:30 - 20:45 Uhr "Chan / Zen" Meditation in den Schwertkampfkünsten mit Horst und Heike	7:30 - 9:00 Uhr Studienkreis zum Spiel der 5 Tiere 9:15 - 10:45 Uhr Shaolin Kung-Fu mit Horst incl. Hsing-I, "Linking-Form" 11:00 - 12:00 Uhr Chan Mi Gong mit Thomas das "Wirbelsäulen QiGong"	MBSR Herbstkurs 2023 mit Melina Köchling 8 Wochen (1) 17:00 - 19:30 Uhr
	23.10.	24.10.	25.10.	26.10.	27.10.	28.10.	29.10.
	9:30 - 14:00 Uhr reserviert für Privat-Unterricht Coaching	19:30 - 21:00 Uhr "MiChuan TaiJiQuan" das Tai-Chi der Wudang-Berge incl. Hsing-I Arbeit an der "Linking-Form"	20:00 - 21:30 Uhr Tai-Chi Ch'uan und QiGong mit Birgit und Bernd Grätz	!!! 19:00 - 20:00 Uhr !!! "Xiang Gong" das Duft QiGong mit Horst und Heike "das Drachen-Tor öffnen" aus dem Tai-Chi der Shaolin-Schule	19:30 - 20:45 Uhr "Chan / Zen" Meditation in den Schwertkampfkünsten mit Horst und Heike	7:30 - 9:00 Uhr Studienkreis zum Spiel der 5 Tiere 9:15 - 10:45 Uhr Shaolin Kung-Fu mit Horst incl. Hsing-I, "Linking-Form"	8:00 - 9:30 Uhr Tao "Meditation und Übungen" Daoistische Praxis 10:00 - 15:00 Uhr "Chang-Gu" Trommeln mit "Ocka" Song MBSR Herbstkurs 2023 mit Melina Köchling 17:00 - 19:30 Uhr
	30.10.	31.10.	01.11.	02.11.	03.11.	04.11.	05.11.
	18:00 - 19:30 Uhr Tai-Chi Ch'uan mit Thomas A. Blume	19:30 - 20:30 Uhr "Nei Dan" 18 Übungen des Inneren Elixiers das QiGong der Wudang-Berge incl. die "Form der Schildkröte" aus dem "Spiel der 5 Tiere" der Wudang-Berge	20:00 - 21:30 Uhr Tai-Chi Ch'uan und QiGong mit Birgit und Bernd Grätz	!!! 19:00 - 20:00 Uhr !!! Hsing-I das 5-Elemente-Boxen Grundlagen der Inneren Kampfkunst: die 5 Elemente "Linking-Form" Tierformen	19:30 - 20:45 Uhr "Chan / Zen" Meditation in den Schwertkampfkünsten mit Horst und Heike	7:30 - 9:00 Uhr Studienkreis zum Spiel der 5 Tiere 9:15 - 10:45 Uhr Shaolin Kung-Fu mit Horst incl. Hsing-I, "Linking-Form" 11:00 - 12:00 Uhr Chan Mi Gong mit Thomas das "Wirbelsäulen QiGong"	MBSR Herbstkurs 2023 mit Melina Köchling 8 Wochen (3) 17:00 - 19:30 Uhr
	06.11.	07.11.	08.11.	09.11.	10.11.	11.11.	12.11.
	18:00 - 19:30 Uhr Tai-Chi Ch'uan mit Thomas A. Blume	19:30 - 21:00 Uhr "MiChuan TaiJiQuan" das Tai-Chi der Wudang-Berge incl. Hsing-I Arbeit an der "Linking-Form"	20:00 - 21:30 Uhr Tai-Chi Ch'uan und QiGong mit Birgit und Bernd Grätz	!!! 19:00 - 20:00 Uhr !!! "Xiang Gong" das Duft QiGong mit Horst und Heike "das Drachen-Tor öffnen" aus dem Tai-Chi der Shaolin-Schule	19:30 - 20:45 Uhr "Chan / Zen" Meditation in den Schwertkampfkünsten mit Horst und Heike	7:30 - 9:00 Uhr Studienkreis zum Spiel der 5 Tiere 9:15 - 10:45 Uhr Shaolin Kung-Fu mit Horst incl. Hsing-I, "Linking-Form" 11:00 - 12:00 Uhr QiGong der 4 Jahreszeiten Tao-Chi Kung mit Horst	8:00 - 9:30 Uhr Chan "das Sitzen üben" Zen - Meditation 10:00 - 15:00 Uhr "Chang-Gu" Trommeln mit "Ocka" Song MBSR Herbstkurs 2023 mit Melina Köchling 17:00 - 19:30 Uhr

„Wege zum Ziel, für Herz und Verstand“

TAO-CHI 



seit 1988

die Schule für Tai-Chi · Kung-Fu · Qi-Gong & Meditation
Tao - Zen - Schwertkampfkunst

www.tao-chi.info

TAO-CHI

das Dojo Duisburg im Sommer / Herbst 2023
reserviere Deinen Kursplatz über
contact @ tao-chi.info

„Wege zum Ziel, für Herz und Verstand“

TAO-CHI 

seit 1988

die Schule für Tai-Chi · Kung-Fu ·
Qi-Gong & Meditation
Tao - Zen - Schwertkampfkunst

Im Freizeit- u. Gewerbehof
„Die alte Brotfabrik“

Grabenstraße 180 · Duisburg-Neudorf-Süd

**Meditation
und Schwertkampfkunst**

Unser monatsaktueller Kursplan,
Informationen zu Kursbuchungen
und Anmeldung auf:



www.tao-chi.info