



Frischer Wind

Ein Auffrischen und Vertiefen von einzelnen Qigong-Reihen
oder Taiji-Formen

Freitags, 17.30 bis 19.00Uhr

mit Andreas Oldekamp

Kursgebühr 10,-€ / Vereinsmitglieder frei

30. August 2019

Regenbogen-Fächer

Die Regenbogen-Fächer-Form ist eine traditionelle sanfte Wushu-Waffenform, die sich durch ihre Ästhetik und ihre Anmut auszeichnet.

13. September 2019

24er Pekingform mit Partner

Aus den Kenntnissen um die Anwendungen der alten Taiji Techniken als Kampfkunst und den traditionellen San Shou-Formen ist diese Partnerform entstanden.

20. September 2019

Herz Qigong

Das Herz-Qigong nach Professor Zhang Guangde ist eine Übungsreihe aus dem medizinischen Qigong. Das Herz gilt in der Traditionellen Chinesischen Medizin als der Kaiser der inneren Organe und spielt deshalb auch eine besondere, übergeordnete Rolle. Mit dem Herz-Qigong soll nicht nur das Herz-Kreislauf-System gestärkt werden, es hat auch eine positive Wirkung auf alle anderen Organe.



Master Su Hua Xiang

Welcomes You to Zhong Hua Tai Ji



Liu He Ba Fa (Wasserboxen)

Wasserwellen Qigong - Einsteigerform – 1. und 2. Teil

Freitags, 16.15 bis 17.30Uhr

30. August 2019

13. September 2019

20. September 2019



HAPPY
SUMMER

Informationen unter Tel.-Nr.: 04191/87 33 817
Ort: **Hamburger Straße 79**, 24568 Kaltenkirchen

HAPPY
SUMMER