

TAO-CHI

die Schule für Tai-Chi und Kung-Fu, Qi-Gong und Meditation im
Freizeit- und Gewerbepark "die Alte Brotfabrik", Grabenstr. 180
47058 Duisburg-Neudorf-Süd, im Internet www.tao-chi.info

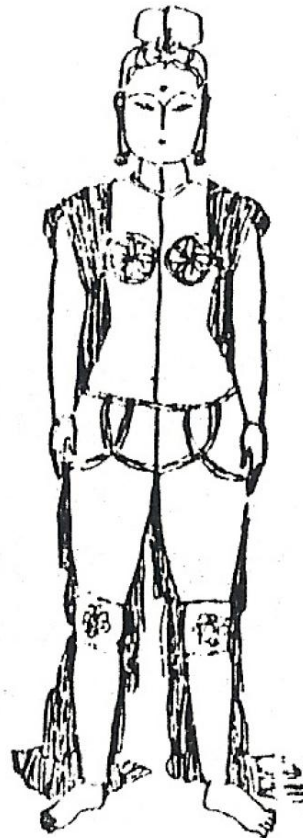
"Chan Mi Qigong"

wu dui
fünf mal zwei Dinge
in Kontakt bringen

san gong
drei Bögen

yi yuan
eine Rundung

si gang
vier Grundregeln



8 Anforderungen
an die Kopfhaltung

8 Anforderungen
an die richtige
Armhaltung

4 Anforderungen
an die Haltung des
Rumpfes

4 Anforderungen
an die richtige
Beinhaltung

24 Anforderungen an die Körperhaltung

(Das harmonische Aufeinanderabstimmen der Körperhaltung,
auch genannt „Regulieren der Körperhaltung“.)

mit Thomas A. Blume

Einführungswochenenden im Kursjahr 2019

27.04., Samstag: 14:00 bis 18:00 Uhr

Voraussetzung: Keine

Kosten: 64,00 €

Ermäßigungen für Tao-Chi Mitglieder & Wiederholer 58,00 €

Teilnehmer (max/min): 9 / 4

Info & Anmeldungen erbeten unter eMail: [post-vom \[at\] tao-chi.info](mailto:post-vom@tao-chi.info)

Thomas A. Blume ist ausgebildeter Kursleiter für Qigong des
Tai Jiang Yang Sheng Centrum, Weinheim