

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

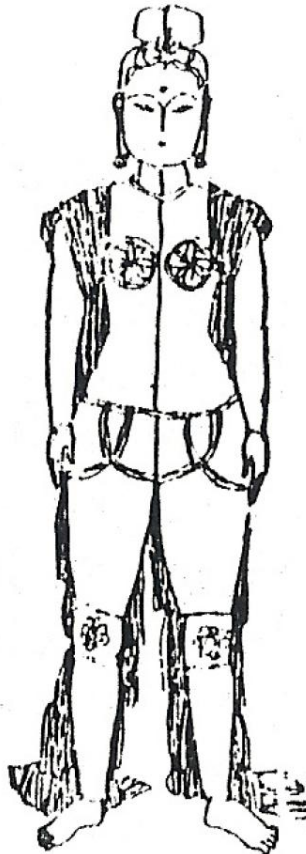
"Chan Mi Qigong"

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 2018 auf Anfrage

Samstags: 13:30 bis 18:00 Uhr

Voraussetzung: Keine

Seminargebühren: 90,00 € / 60,00 € (Tao-Chi Mitglieder)

Mindestteilnehmer: 4

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