

# TAIJI-WORKSHOPS MIT EPI VAN DE POL



## EPI VAN DE POL

Epi beschäftigt sich schon seit 1973 mit Kampfkünsten (Judo, Karate, Jiu-jitsu, Kendo, Aikido, Kenjitsu sowie Fechten). Seit 1980 konzentriert er sich dabei ausschließlich auf die inneren Kampfkünste. Seit 1979 unterrichtet er Taijiquan in den Niederlanden und in vielen europäischen Ländern, auf Workshops und großen internationalen Treffen. Sein Focus liegt dabei in der detaillierten Vermittlung der Prinzipien, und des Pushhands wobei er ein hervorragendes didaktisches Konzept von sich stets vertiefenden Übungsketten entwickelt hat.

## DIE WORKSHOPINHALTE

Der Schwerpunkt wird auf den grundlegenden Taijiquan-Prinzipien liegen. Voraussetzung zur Teilnahme sind Kenntnisse im Huangsystem oder Vorkenntnisse aus anderen Seminaren mit Epi van de Pol. Unterrichtet werden:

- Taiji Prinzipien
- Tui shou patterns
- 5 Loosenings
- Partnerarbeit

Die Wünsche der Teilnehmer\*innen, die Kursinhalte betreffend, werden nach Möglichkeit berücksichtigt. Ziel ist es, mit den Workshop Angeboten das kontinuierliche Weiterlernen in der Gruppe zu unterstützen.

## WANN UND WO?

**Termin** 20.-22. April 2018

**Ort** Usingen, Yoga-Studio, Scheunengasse 7

<http://yogaschule-nitai.de/>

**Kurszeiten: Freitag 10:00 – Sonntag 13:00**

Freitag	10.00-13.00	Training
	13.00-15.00	Mittagessen und Pause
	15.00-18.00	Training
	18.00-19.30	Abendessen
	19.30-21.00	Training
Samstag	08.00-09.00	Morgenübung
	09.00-10.00	Frühstück
	Dann weiter wie am Freitag	
Sonntag	08.00-09.00	Loosenings und Stehübungen
	09.00-10.00	Frühstück
	10.00-13.00	Training

**Kosten: 200 € bis 15.03.2018/ danach 220 €**

Die Teilnahme ist auch an einzelnen Tagen möglich.



Raum in Usingen

## So erreichst Du uns

### Leqita

Sonja Blank

Oberkleener Str. 23, 35510 Butzbach

06447 885832

[tao@blue-earth.de](mailto:tao@blue-earth.de)

[www.leqita.de](http://www.leqita.de)

### Karin Lühr

Auf der Beune 5

35096 Weimar

06421 47008

[LueKaTh@aol.com](mailto:LueKaTh@aol.com)



Raum in Niederweimar

Freitag: 90 €

Samstag: 90 €

Sonntag: 35 €

Übernachtung mit Schlafsack ist im Yoga-Studio möglich.

---

„Bleib sinken“

---

## WEITERE TERMINE 2018

**03.-04. Februar** in Niederweimar bei Marburg

**20.-22. April** in Usingen/Taunus

**22.07.-05.08.** in Sommerakademie Alterode (Harz)

**21.-23. September** in Usingen/Taunus

**16.-18. November** in Würzburg

**Eine Vorbuchung für jeden Kurs ist möglich und willkommen.**

## ANMELDUNG

Bitte schriftlich an die angegebenen E-Mail Adressen.

Ich nehme am Seminar mit Epi van de Pol am..... teil.

Teilnahme:  Freitag,  Samstag  Sonntag  alle Tage  Ich übernachte im Dojo.

Name:.....

Anschrift:.....

Email:.....

Telefon:.....