

Sommerakademie für Taijiquan und Qigong 2019

Programm der 1. Woche: 15.07. -21.07.

Uhrzeiten	Montag 02.07.	Dienstag 03.07.	Mittwoch 04.07.	Donnerstag 05.07.	Freitag 05.07.	Samstag 07.07.	Sonntag 08.07.
07.30-08.00	Warm up + Stehende Säule (Su)	Warm up + Stehende Säule (Su)	Warm up + Stehende Säule (Su)	Warm up + Stehende Säule (Su)	Warm up + Stehende Säule (Su)	Warm up + Stehende Säule (Su)	Warm up + Stehende Säule (Su)
08.00-09.00	Frühstück						
09.00-11.00	Chen-Stil Schwert (Su)	Chen-Stil Schwert (Su)	Chen-Stil Schwert (Su)	Chen-Stil Schwert (Su)	Chen-Stil Schwert (Su)	Chen-Stil Schwert (Su)	Chen-Stil Schwert (Su)
	Qigong bei Tinnitus (Wegener)	Qigong bei Tinnitus (Wegener)	Qigong bei Tinnitus (Wegener)	Qigong bei Tinnitus (Wegener)	Qigong bei Tinnitus (Wegener)	Qigong bei Tinnitus (Wegener)	Qigong bei Tinnitus (Wegener)
	Loosening Exercises (Blank)	Loosening Exercises (Blank)	Loosening Exercises (Blank)	Loosening Exercises (Blank)	Loosening Exercises (Blank)	Loosening Exercises (Blank)	Loosening Exercises (Blank)
11.30-12.30	13 Techniken (Su)	13 Techniken (Su)	13 Techniken (Su)	13 Techniken (Su)	13 Techniken (Su)	13 Techniken (Su)	13 Techniken (Su)
	Receiving force (Blank)	Receiving force (Blank)	Receiving force (Blank)	Receiving force (Blank)	Receiving force (Blank)	Receiving force (Blank)	Receiving force (Blank)
	Liuhe bafa Teil 1 (Markl)	Liuhe bafa Teil 1 (Markl)	Liuhe bafa Teil 1 (Markl)	Liuhe bafa Teil 1 (Markl)	Liuhe bafa Teil 1 (Markl)	Liuhe bafa Teil 1 (Markl)	Liuhe bafa Teil 1 (Markl)
12.30-14.30	Mittagspause						
14.30-16.00	Liuhe bafa Teil 2 + Anwendungen (Su)	Liuhe bafa Teil 2 + Anwendungen (Su)	Liuhe bafa Teil 2 + Anwendungen (Su)	Freier Nachmittag Es besteht die Möglichkeit, an einem Ausflug teilzunehmen	Liuhe bafa Teil 2 + Anwendungen (Su)	Liuhe bafa Teil 2 + Anwendungen (Su)	Abreise und Anreise der Teilnehmer für die 2. Woche
	Qigong für Schultern + Rücken (Wegener)	Qigong für Schultern + Rücken (Wegener)	Qigong für Schultern + Rücken (Wegener)		Qigong für Schultern + Rücken (Wegener)	Qigong für Schultern + Rücken (Wegener)	
	Tui Shou patterns (Blank)	Tui Shou patterns (Blank)	Tui Shou patterns (Blank)		Tui Shou patterns (Blank)	Tui Shou patterns (Blank)	
16.30-18.00	Chen-Stil Handform + Anwendungen (Su)	Chen-Stil Handform + Anwendungen (Su)	Chen-Stil Handform + Anwendungen (Su)		Chen-Stil Handform + Anwendungen (Su)	Chen-Stil Handform + Anwendungen (Su)	
	Wie vermehre ich mein Qi? (Wegener)	Wie vermehre ich mein Qi? (Wegener)	Wie vermehre ich mein Qi? (Wegener)		Wie vermehre ich mein Qi? (Wegener)	Wie vermehre ich mein Qi? (Wegener)	
18.00-19.30	Abendessen und Pause						
19.30-20.30	Chan Si Gong (Su)	Chan Si Gong (Su)	Chan Si Gong (Su)		Chan Si Gong (Su)	Gala	

Sommerakademie für Taijiquan und Qigong 2019

Programm der 2. Woche: 22.07. -28.07.

Zeiten	Montag, 22.07.19	Dienstag, 23.07.19	Mittwoch, 24.07.19	Donnerstag, 25.07.19	Freitag, 26.07.19	Samstag, 27.07.19	Sonntag, 28.07.19
09.15-11.00	Tai Chi Tsao (Neumann)	Tai Chi Tsao (Neumann)	Tai Chi Tsao (Neumann)	Tai Chi Tsao (Neumann)	Tai Chi Tsao (Neumann)	Tai Chi Tsao (Neumann)	Tai Chi Tsao (Neumann)
	Liuhe bafa Teil 1 (Su)	Liuhe bafa Teil 1 (Su)	Liuhe bafa Teil 1 (Su)	Liuhe bafa Teil 1 (Su)	Liuhe bafa Teil 1 (Su)	Liuhe bafa Teil 1 (Su)	Liuhe bafa Teil 1 (Su)
	Doppelfächer (Blank)	Doppelfächer (Blank)	Doppelfächer (Blank)	Doppelfächer (Blank)	Doppelfächer (Blank)	Doppelfächer (Blank)	Doppelfächer (Blank)
	San Shou (van de Pol)	San Shou (van de Pol)	San Shou (van de Pol)	San Shou (van de Pol)	San Shou (van de Pol)	San Shou (van de Pol)	San Shou (van de Pol)
	Fünf Schritte sechs Bewegungen (Timmsen)	Fünf Schritte sechs Bewegungen (Timmsen)	Fünf Schritte sechs Bewegungen (Timmsen)	Fünf Schritte sechs Bewegungen (Timmsen)	Fünf Schritte sechs Bewegungen (Timmsen)	Fünf Schritte sechs Bewegungen (Timmsen)	Fünf Schritte sechs Bewegungen (Timmsen)
11.30-12.30	Im Fluss der Gelenke (Neumann)	Im Fluss der Gelenke (Neumann)	Im Fluss der Gelenke (Neumann)	Im Fluss der Gelenke (Neumann)	Im Fluss der Gelenke (Neumann)	Im Fluss der Gelenke (Neumann)	Im Fluss der Gelenke (Neumann)
	Doppelfächer (Blank)	Doppelfächer (Blank)	Doppelfächer (Blank)	Doppelfächer (Blank)	Doppelfächer (Blank)	Doppelfächer (Blank)	Doppelfächer (Blank)
	Wudang Qigong (Su)	Wudang Qigong (Su)	Wudang Qigong (Su)	Wudang Qigong (Su)	Wudang Qigong (Su)	Wudang Qigong (Su)	Wudang Qigong (Su)
	Receiving force (Pol)	Receiving force (Pol)	Receiving force (Pol)	Receiving force (Pol)	Receiving force (Pol)	Receiving force (Pol)	Receiving force (Pol)
	Das Herz verwurzeln (Mayer)	Das Herz verwurzeln (Mayer)	Das Herz verwurzeln (Mayer)	Das Herz verwurzeln (Mayer)	Das Herz verwurzeln (Mayer)	Das Herz verwurzeln (Mayer)	Das Herz verwurzeln (Mayer)
14.30-16.00	18-fache Faszienkraft Taiji-Kungfu (Mayer)	18-fache Faszienkraft Taiji-Kungfu (Mayer)	18-fache Faszienkraft Taiji-Kungfu (Mayer)	Freier Nachmittag Es besteht die Möglichkeit, an einem Ausflug teilzunehmen.	18-fache Faszienkraft Taiji-Kungfu (Mayer)	18-fache Faszienkraft Taiji-Kungfu (Mayer)	Abreise und Anreise der Teilnehmer der 3. Woche
	Die EINE Bewegung (Neumann)	Die EINE Bewegung (Neumann)	Die EINE Bewegung (Neumann)		Die EINE Bewegung (Neumann)	Die EINE Bewegung (Neumann)	
	Wudang Acht Brokate (Timmsen)	Wudang Acht Brokate (Timmsen)	Wudang Acht Brokate (Timmsen)		Wudang Acht Brokate (Timmsen)	Wudang Acht Brokate (Timmsen)	
	Chen-Stil Grundlagen (Su)	Chen-Stil Grundlagen (Su)	Chen-Stil Grundlagen (Su)		Chen-Stil Grundlagen (Su)	Chen-Stil Grundlagen (Su)	
16.30-18.00	Xing Yi Baguazhang (Timmsen)	Xing Yi Baguazhang (Timmsen)	Xing Yi Baguazhang (Timmsen)		Xing Yi Baguazhang (Timmsen)	Xing Yi Baguazhang (Timmsen)	
	Taiji Partnerübungen (Mayer)	Taiji Partnerübungen (Mayer)	Taiji Partnerübungen (Mayer)		Taiji Partnerübungen (Mayer)	Taiji Partnerübungen (Mayer)	
	Loosening Exercises (Pol)	Loosening Exercises (Pol)	Loosening Exercises (Pol)		Loosening Exercises (Pol)	Loosening Exercises (Pol)	
	Taiji-Tango (Blank)	Taiji-Tango (Blank)	Taiji-Tango (Blank)		Taiji-Tango (Blank)	Taiji-Tango (Blank)	
20.00-21.00	Freies Pushen	Freies Pushen	Freies Pushen	Kessel Buntes	Freies Pushen	19.30 Uhr Gala	

Sommerakademie für Taijiquan und Qigong 2019

Programm der 3. Woche: 29.07.- 04.08.

Zeiten	29.07.18	30.07.18	31.08.18	01.08.18	02.08.18	03.08.18	04.08.18
Wu Stil Kurzform (Dornauf)	Touch of life (Kirchner)	Touch of life (Kirchner)	Touch of life (Kirchner)	Touch of life (Kirchner)	Touch of life (Kirchner)	Touch of life (Kirchner)	Touch of life (Kirchner)
	Schwert Prinzipien (van de Pol)	Schwert Prinzipien (van de Pol)	Schwert Prinzipien (van de Pol)	Schwert Prinzipien (van de Pol)	Schwert Prinzipien (van de Pol)	Schwert Prinzipien (van de Pol)	Schwert Prinzipien (van de Pol)
	Fünf Elemente Qigong (Cooper)	Fünf Elemente Qigong (Cooper)	Fünf Elemente Qigong (Cooper)	Fünf Elemente Qigong (Cooper)	Fünf Elemente Qigong (Cooper)	Fünf Elemente Qigong (Cooper)	Fünf Elemente Qigong (Cooper)
	Wu Stil Kurzform (Dornauf)	Wu Stil Kurzform (Dornauf)	Wu Stil Kurzform (Dornauf)	Wu Stil Kurzform (Dornauf)	Wu Stil Kurzform (Dornauf)	Wu Stil Kurzform (Dornauf)	Wu Stil Kurzform (Dornauf)
	Körperstrukturarbeit (Martin-Sommerfeldt)	Körperstrukturarbeit (Martin-Sommerfeldt)	Körperstrukturarbeit (Martin-Sommerfeldt)	Körperstrukturarbeit (Martin-Sommerfeldt)	Körperstrukturarbeit (Martin-Sommerfeldt)	Körperstrukturarbeit (Martin-Sommerfeldt)	Körperstrukturarbeit (Martin-Sommerfeldt)
11.30-12.30	Burnout-Prophylaxe-Qigong (Cooper)	Burnout-Prophylaxe-Qigong (Cooper)	Burnout-Prophylaxe-Qigong (Cooper)	Burnout-Prophylaxe-Qigong (Cooper)	Burnout-Prophylaxe-Qigong (Cooper)	Burnout-Prophylaxe-Qigong (Cooper)	Burnout-Prophylaxe-Qigong (Cooper)
	Bagua & I Ging (Dornauf)	Bagua & I Ging (Dornauf)	Bagua & I Ging (Dornauf)	Bagua & I Ging (Dornauf)	Bagua & I Ging (Dornauf)	Bagua & I Ging (Dornauf)	Bagua & I Ging (Dornauf)
	Body being (van de Pol)	Body being (van de Pol)	Body being (van de Pol)	Body being (van de Pol)	Body being (van de Pol)	Body being (van de Pol)	Body being (van de Pol)
	Yoga für den Rücken (B. Blank)	Yoga für den Rücken (B. Blank)	Yoga für den Rücken (B. Blank)	Yoga für den Rücken (B. Blank)	Yoga für den Rücken (B. Blank)	Yoga für den Rücken (B. Blank)	Yoga für den Rücken (B. Blank)
14.30-16.00	Stockpartnerform (Kirchner)	Stockpartnerform (Kirchner)	Stockpartnerform (Kirchner)	Freier Nachmittag Es besteht die Möglichkeit, an einem Ausflug teilzunehmen.	Stockpartnerform (Kirchner)	Stockpartnerform (Kirchner)	 Abreise
	Drachen & Tiger Qigong (Dornauf)	Drachen & Tiger Qigong (Dornauf)	Drachen & Tiger Qigong (Dornauf)		Drachen & Tiger Qigong (Dornauf)	Drachen & Tiger Qigong (Dornauf)	
	Kranich Qigong (Martin-Sommerfeldt)	Kranich Qigong (Martin-Sommerfeldt)	Kranich Qigong (Martin-Sommerfeldt)		Kranich Qigong (Martin-Sommerfeldt)	Kranich Qigong (Martin-Sommerfeldt)	
	Qigong-Tanz (Cooper)	Qigong-Tanz (Cooper)	Qigong-Tanz (Cooper)		Qigong-Tanz (Cooper)	Qigong-Tanz (Cooper)	
16.30-18.00	Miniset (van de Pol)	Miniset (van de Pol)	Miniset (van de Pol)		Miniset (van de Pol)	Miniset (van de Pol)	
	Dongjin in der Partnerarbeit (Kirchner)	Dongjin in der Partnerarbeit (Kirchner)	Dongjin in der Partnerarbeit (Kirchner)		Dongjin in der Partnerarbeit (Kirchner)	Dongjin in der Partnerarbeit (Kirchner)	
	Qigong Stockform (Martin-Sommerfeldt)	Qigong Stockform (Martin-Sommerfeldt)	Qigong Stockform (Martin-Sommerfeldt)		Qigong Stockform (Martin-Sommerfeldt)	Qigong Stockform (Martin-Sommerfeldt)	
	Taiji Tango (S. Blank)	Taiji Tango (S. Blank)	Taiji Tango (S. Blank)		Taiji Tango (S. Blank)	Taiji Tango (S. Blank)	
20.00-21.00	Freies Pushen	Freies Pushen	Freies Pushen	Kessel Buntes	Freies Pushen	19.30 Uhr Gala	