

PROGRAMM DER 1. WOCH: 05. – 11.07.2021

Zeiten	Montag, 05.07.	Dienstag, 06.07.	Mittwoch, 07.07.	Donnerstag, 08.07.	Freitag, 09.07.	Samstag, 10.07.	Sonntag, 11.07.
09.00-11.00	Innere Organe (Philipzik) Dynamik des Tai Chi (Neumann) Taiji Prinzipien (Ebel) Acht Alltagsübungen (Cooper) Taiji-Fächer (Blank)	Innere Organe (Philipzik) Dynamik des Tai Chi (Neumann) Taiji Prinzipien (Ebel) Acht Alltagsübungen (Cooper) Taiji-Fächer (Blank)	Innere Organe (Philipzik) Dynamik des Tai Chi (Neumann) Taiji Prinzipien (Ebel) Acht Alltagsübungen (Cooper) Taiji-Fächer (Blank)	Innere Organe (Philipzik) Dynamik des Tai Chi (Neumann) Taiji Prinzipien (Ebel) Acht Alltagsübungen (Cooper) Taiji-Fächer (Blank)	Innere Organe (Philipzik) Dynamik des Tai Chi (Neumann) Taiji Prinzipien (Ebel) Acht Alltagsübungen (Cooper) Taiji-Fächer (Blank)	Innere Organe (Philipzik) Dynamik des Tai Chi (Neumann) Taiji Prinzipien (Ebel) Acht Alltagsübungen (Cooper) Taiji-Fächer (Blank)	Innere Organe (Philipzik) Dynamik des Tai Chi (Neumann) Taiji Prinzipien (Ebel) Acht Alltagsübungen (Cooper) Taiji-Fächer (Blank)
11.30-12.30	Verdichten der Knochen (Philipzik) Tsao mit Swing (Neumann) Taiji-Fächer (Blank)	Verdichten der Knochen (Philipzik) Tsao mit Swing (Neumann) Taiji-Fächer (Blank)	Verdichten der Knochen (Philipzik) Tsao mit Swing (Neumann) Taiji-Fächer (Blank)	Verdichten der Knochen (Philipzik) Tsao mit Swing (Neumann) Taiji-Fächer (Blank)	Verdichten der Knochen (Philipzik) Tsao mit Swing (Neumann) Taiji-Fächer (Blank)	Verdichten der Knochen (Philipzik) Tsao mit Swing (Neumann) Taiji-Fächer (Blank)	Verdichten der Knochen (Philipzik) Tsao mit Swing (Neumann) Taiji-Fächer (Blank)
14.30-16.00	Loosening Excercises (Ebel) Daoist. Meditation (Philipzik) Tui Shou mit Schritten (Neumann) Fünf-Elemente- Glückszyklus (Cooper)	Loosening Excercises (Ebel) Daoist. Meditation (Philipzik) Tui Shou mit Schritten (Neumann) Fünf-Elemente- Glückszyklus (Cooper)	Loosening Excercises (Ebel) Daoist. Meditation (Philipzik) Tui Shou mit Schritten (Neumann) Fünf-Elemente- Glückszyklus (Cooper)	Freier Nachmittag Es besteht die Möglichkeit, an einem Ausflug teilzunehmen.	Loosening Excercises (Ebel) Daoist. Meditation (Philipzik) Tui Shou mit Schritten (Neumann) Fünf-Elemente- Glückszyklus (Cooper)	Loosening Excercises (Ebel) Daoist. Meditation (Philipzik) Tui Shou mit Schritten (Neumann) Fünf-Elemente- Glückszyklus (Cooper)	Abreise und Anreise der Teilnehmer der 2. Woche
16.30-18.00	White crane (Ebel) Intuitives Malen (Albrecht) Qigong für Kinder (Cooper) Akupressur für den Hausgebrauch (Blank)	White crane (Ebel) Intuitives Malen (Albrecht) Qigong für Kinder (Cooper) Akupressur für den Hausgebrauch (Blank)	White crane (Ebel) Intuitives Malen (Albrecht) Qigong für Kinder (Cooper) Akupressur für den Hausgebrauch (Blank)		White crane (Ebel) Intuitives Malen (Albrecht) Qigong für Kinder (Cooper) Akupressur für den Hausgebrauch (Blank)	White crane (Ebel) Intuitives Malen (Albrecht) Qigong für Kinder (Cooper) Akupressur für den Hausgebrauch (Blank)	
19.30-20.30	Freies Pushen mit und ohne Abstand	Freies Pushen mit und ohne Abstand	Freies Pushen mit und ohne Abstand	Kessel Buntes	Freies Pushen mit und ohne Abstand	Gala	

PROGRAMM DER 2. WOCHE: 12. – 18.07.2021

Zeiten	Montag 12.07.	Dienstag 13.07.	Mittwoch 14.07.	Donnerstag 15.07.	Freitag 16.07.	Samstag 17.07.	Sonntag 18.07.
09.00-11.00	Salutogenese im Taiji-Qigong (Wegener)	Salutogenese im Taiji-Qigong (Wegener)	Salutogenese im Taiji-Qigong (Wegener)	Salutogenese im Taiji-Qigong (Wegener)	Salutogenese im Taiji-Qigong (Wegener)	Salutogenese im Taiji-Qigong (Wegener)	Salutogenese im Taiji-Qigong (Wegener)
	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)
	Liuhe bafa Teil 1+2 (Su)	Liuhe bafa Teil 1+2 (Su)	Liuhe bafa Teil 1+2	Liuhe bafa Teil 1+2 (Su)	Liuhe bafa Teil 1+2 (Su)	Liuhe bafa Teil 1+2 (Su)	Liuhe bafa Teil 1+2 (Su)
	Strukturarbeit (v. Loefen)	Strukturarbeit (v. Loefen)	Strukturarbeit (v. Loefen)	Strukturarbeit (v. Loefen)	Strukturarbeit (v. Loefen)	Strukturarbeit (v. Loefen)	Strukturarbeit (v. Loefen)
11.30-12.30	Sieben Verbindungen zur Mitte (Wegener)	Sieben Verbindungen zur Mitte (Wegener)	Sieben Verbindungen zur Mitte (Wegener)	Sieben Verbindungen zur Mitte (Wegener)	Sieben Verbindungen zur Mitte (Wegener)	Sieben Verbindungen zur Mitte (Wegener)	Sieben Verbindungen zur Mitte (Wegener)
	Boxen (van de Pol)	Boxen (van de Pol)	Boxen (van de Pol)	Boxen (van de Pol)	Boxen (van de Pol)	Boxen (van de Pol)	Boxen (van de Pol)
	Regenbogenfächer Vertiefung (Blank)	Regenbogenfächer Vertiefung (Blank)	Regenbogenfächer Vertiefung (Blank)	Regenbogenfächer Vertiefung (Blank)	Regenbogenfächer Vertiefung (Blank)	Regenbogenfächer Vertiefung (Blank)	Regenbogenfächer Vertiefung (Blank)
	Chan Si Gong (Su)	Chan Si Gong (Su)	Chan Si Gong (Su)	Chan Si Gong (Su)	Chan Si Gong (Su)	Chan Si Gong (Su)	Chan Si Gong (Su)
	Faszien (Hainbach)	Faszien (Hainbach)	Faszien (Hainbach)	Faszien (Hainbach)	Faszien (Hainbach)	Faszien (Hainbach)	Faszien (Hainbach)
14.30-16.00	Liuhebafa 20er Form (Su)	Liuhebafa 20er Form (Su)	Liuhebafa 20er Form (Su)	Freier Nachmittag Es besteht die Möglichkeit, an einem Ausflug teilzunehmen.	Liuhebafa 20er Form (Su)	Liuhebafa 20er Form (Su)	Abreise und Anreise der Teilnehmer der 3. Woche
	Schwertform (v. de Pol)	Schwertform (v. de Pol)	Schwertform (v. de Pol)		Schwertform (v. de Pol)	Schwertform (v. de Pol)	
	Muskeltraining (Hainbach)	Muskeltraining (Hainbach)	Muskeltraining (Hainbach)		Muskeltraining (Hainbach)	Muskeltraining (Hainbach)	
	Arbeit mit dem Stock (von Loefen)	Arbeit mit dem Stock (von Loefen)	Arbeit mit dem Stock (von Loefen)		Arbeit mit dem Stock (von Loefen)	Arbeit mit dem Stock (von Loefen)	
16.30-18.00	Stockpartnerform (von Loefen)	Stockpartnerform (von Loefen)	Stockpartnerform (von Loefen)			Stockpartnerform (von Loefen)	
	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)	
	Daoist. Gebet (Blank)	Daoist. Gebet (Blank)	Daoist. Gebet (Blank)		Daoist. Gebet (Blank)		
	Meditationen im Qigong (Wegener)	Meditationen im Qigong (Wegener)	Meditationen im Qigong (Wegener)		Meditationen im Qigong (Wegener)	Meditationen im Qigong (Wegener)	
19.30	Freies Pushen mit und ohne Abstand	Freies Pushen mit und ohne Abstand	Freies Pushen mit und ohne Abstand	Kessel Bunes	Freies Pushen mit und ohne Abstand	Gala	

PROGRAMM DER 3. WOCH: 19. – 25.07.2021

Zeiten	Montag 19.07.	Dienstag 20.07.	Mittwoch 21.07.	Donnerstag 22.07.	Freitag 23.07.	Samstag 24.07.	Sonntag 25.07.
09.00-11.00	Kranich Qigong (Arens) 5 Schritte 6 Bewegungen (Timmsen) Zheng Manqing Form (Blank)	Kranich Qigong (Arens) 5 Schritte 6 Bewegungen (Timmsen) Zheng Manqing Form (Blank)	Kranich Qigong (Arens) 5 Schritte 6 Bewegungen (Timmsen) Zheng Manqing Form (Blank)	Kranich Qigong (Arens) 5 Schritte 6 Bewegungen (Timmsen) Zheng Manqing Form (Blank)	Kranich Qigong (Arens) 5 Schritte 6 Bewegungen (Timmsen) Zheng Manqing Form (Blank)	Kranich Qigong (Arens) 5 Schritte 6 Bewegungen (Timmsen) Zheng Manqing Form (Blank)	Kranich Qigong (Arens) 5 Schritte 6 Bewegungen (Timmsen) Zheng Manqing Form (Blank)
11.30-12.30	Daoistisches Qigong (Timmsen) Miniset (van de Pol) Yoga Fußarbeit (Blank) Doppelfächer Vertiefung (S. Blank)	Daoistisches Qigong (Timmsen) Miniset (van de Pol) Yoga Fußarbeit (Blank) Doppelfächer Vertiefung (S. Blank)	Daoistisches Qigong (Timmsen) Miniset (van de Pol) Yoga Fußarbeit (Blank) Doppelfächer Vertiefung (S. Blank)	Daoistisches Qigong (Timmsen) Miniset (van de Pol) Yoga Fußarbeit (Blank) Doppelfächer Vertiefung (S. Blank)	Daoistisches Qigong (Timmsen) Miniset (van de Pol) Yoga Fußarbeit (Blank) Doppelfächer Vertiefung (S. Blank)	Daoistisches Qigong (Timmsen) Miniset (van de Pol) Yoga Fußarbeit (Blank) Doppelfächer Vertiefung (S. Blank)	Daoistisches Qigong (Timmsen) Miniset (van de Pol) Yoga Fußarbeit (Blank) Doppelfächer Vertiefung (S. Blank)
14.30-16.00	Stock-Partnerform (van de Pol) Lungen Qigong (Arens) Wudang-Schwert (Timmsen)	Stock-Partnerform (van de Pol) Lungen Qigong (Arens) Wudang-Schwert (Timmsen)	Stock-Partnerform (van de Pol) Lungen Qigong (Arens) Wudang-Schwert (Timmsen)	Freier Nachmittag Es besteht die Möglichkeit, an einem Ausflug teilzunehmen.	Stock-Partnerform (van de Pol) Lungen Qigong (Arens) Wudang-Schwert (Timmsen)	Stock-Partnerform (van de Pol) Lungen Qigong (Arens) Wudang-Schwert (Timmsen)	Abreise
16.30-18.00	Spazierstock (v. d. Pol) Lungen-Qigong (Arens) Yoga für den Rücken (B. Blank)	Spazierstock (v. d. Pol) Lungen-Qigong (Arens) Yoga für den Rücken (B. Blank)	Spazierstock (v. d. Pol) Lungen-Qigong (Arens) Yoga für den Rücken (B. Blank)		Spazierstock (v. d. Pol) Lungen-Qigong (Arens) Yoga für den Rücken (B. Blank)	Spazierstock (v. d. Pol) Lungen-Qigong (Arens) Yoga für den Rücken (B. Blank)	
19.30-20.30	Freies Pushen mit und ohne Abstand	Freies Pushen mit und ohne Abstand	Freies Pushen mit und ohne Abstand		Kessel Bunes	Freies Pushen mit und ohne Abstand	