

Sabina Woll
Blumenstr. 4a
76669 Bad Schönborn



YU LONG
Studio für Taijiquan und Körperarbeit
Sabina Woll

Fon (Fax)
07253/3640 (953212) taiji@yulong.de

Web
www.yulong.de

Konto
DE43660908000012041626

BIC
GENODE61BBB

Datum
01.09.2018

Info und Einladung zu den neuen Taiji-und Qigong-Kursen Herbst 2018: **Bad Schönborn-Langenbrücken und Wiesloch**

Kurs (Q) : Mo, 09.00 - 10.00 Uhr ab 01.10. 2018 (Kraichgaustr., Wiesloch) – Anf./Fort
Kurs (A) : Mo, 19.45 - 20.45 Uhr ab 08.10. 2018 (Pfarrheim St. Vitus) – Anf./Fort
Kurs (B): Di, 20.00 - 21.00 Uhr ab 18.09. 2018 (Sigel-Klinik) – Fort.
Kurs (C): Mi, 08:45 - 10.00 Uhr ab 10.10. 2018 (Bürgersaal im Bürgerhaus) – Fort.!

jew. 10 Termine / 110.- €

(Kurs (Q): 01.10. / 08.10. / 15.10. / 22.10. / 05.11. / 12.11. / 19.11. / 26.11. / 03.12. / 10.12.)
(Kurs (A): 08.10. / 15.10. / 22.10. / 05.11. / 12.11. / 19.11. / 26.11. / 03.12. / 10.12. / 17.12.)
(Kurs (B): 18.09. / 25.09. / 02.10. / 09.10. / 16.10. / 23.10. / 06.11. / 13.11. / 20.11. / 27.11.)
(Kurs (C): 10.10. / 17.10. / 24.10. / 07.11. / 14.11. / 21.11. / 28.11. / 05.12. / 12.12. / 19.12.)

Bei ausreichender Nachfrage folgende **Einzelstunden** (je 11.-€)

Kurs (A): 20.09

Kurs (B): 04.12. / 11.12.

Kurs (C): 19.09. / 26.09.

!!! Workshop: Massage und Meditation – 13.10.18, 14.30 – 17:30 h (Bürgerhaus),) - 33.-€ !!!

Liebe Taiji-und Qigong-Freunde, Interessenten und ehemalige Kursteilnehmer

nach den Sommerferien beginnen bei YU LONG wieder neue Kurse.

In den Kursen werden die Grundprinzipien des Taijiquan bzw. Qigong sowie einzelne Bewegungsbilder erarbeitet, die sich dann je nach Kenntnisstand der Teilnehmer zu Formen bzw. Formteilen zusammensetzen:

Kurs (Q): montags, TN ohne Vorkenntnisse, 8 Brokate aus dem Daoyin Yangsheng Gong

Kurs (A): montags, TN ohne Vorkenntnisse bzw. 1. Teil der Langen Form

Kurs (B): dienstags, TN mit Vorkenntnissen von mind. einem Teil der Langen Form

Kurs (C): mittwochs, TN mit Vorkenntnissen von mind. zwei Teilen der Langen Form

Taijiquan bzw. Qigong besteht aus sogenannten „Formen“, einer Vielzahl von aufeinanderfolgenden Bewegungssequenzen, die meist nicht in einer einzigen Kurseinheit gelernt werden können.

Auch das Erlernen einzelner Abschnitte kann neue Erfahrungen und Erkenntnisse bringen, die die Körperwahrnehmung, Beweglichkeit und Ausgeglichenheit fördern.

Die neuen Taiji-und **Qigong** - Kurse sind als Präventionsmaßnahme anerkannt. Bei Nachweis regelmäßiger Teilnahme ist eine Teilkostenrückerstattung durch Krankenversicherungen (bei der TK bis zu 2x/Jahr) möglich.

Bitte vor Kursbeginn Klärung mit der Krankenkasse.

Mit lieben Grüßen

Sabina Woll

