

Taiji Seminar

- von den Wurzeln zu den Blüten -

Seminarbeschreibung: In früheren Zeiten haben Einsiedler in den Bergen Chinas die Natur betrachtet, um auf diese Weise die eigene Natur zu erfahren. Sie begannen die Bewegungen der Naturerscheinungen mit und in ihrem eigenen Leib nachzuempfinden. Daraus entstanden ist „Taiji“ – ein Zugang zur natürlichen Bewegung.

An diesem Taiji-Wochenendseminar werden wir uns durch verschiedene Grundlagenübungen und kreative Bewegungsexperimente spielerisch mit den Prinzipien der natürlichen, mühelosen Bewegung vertraut machen. Dabei werden wir die einzigartige Umgebung des Jurtendorfes sowie auch Elemente aus unserem alltäglichen Umfeld achtsam in unsere Bewegungserfahrungen miteinbeziehen. Die aus dieser Grundlagenarbeit gewonnenen Erkenntnisse können sowohl die Übungsweise der eigenen Taiji-Form bereichern, als auch das bewusste Erleben und Gestalten von ganz alltäglichen Bewegungen und Interaktionen freudvoll anregen.

„Wässere die Wurzeln und die Zweige erblühen von alleine.“
(Zitat von Meister Huang Xingxian)

Alle Bewegungsinteressierte, mit und ohne Taiji Vorerfahrung, sind herzlich zu diesem erlebnisreichen Wochenende eingeladen. Maximale Teilnehmerzahl: 8 Personen.

Seminarbeginn: Samstag den 3. September 2016 um 10:00

Seminarende: Sonntag den 4. September 2016 um 17:00

Seminarkosten: CHF 200.- **Unterkunft und Verpflegung:** CHF 110.-

Seminarleitung: Dr. phil. Marko Nedeljkovic hat an der Universität Zürich klinische Psychologie und Sinologie studiert und an der Universität Bern am Institut für Komplementärmedizin (IKOM) zum Thema «Taiji und Stressprotektion» promoviert. Er ist ein von der Schweizerischen Gesellschaft für Taiji und Qigong (SGQT) anerkannter Taiji-Lehrer und unterrichtet an seiner Taiji-Schule «Space 2 be» in Bern und Zürich sowie in verschiedenen sozialen Einrichtungen. Sein Unterricht ist ausgesprochen erlebnisorientiert und daher im wahrsten Sinne des Wortes sensationell.



weitere Infos unter: www.space2be.ch / **Anmeldung:** via Email an info@space2be.ch