

## Taiji Seminar im Jurtendorf

**Taiji Bang** (太極棒) – Vertiefende Taiji Grundlagenübungen mit dem Taiji Kurzstock

**Seminarbeschreibung:** An diesem Wochenende werden wir uns mit ausgewählten Taiji Grundlagenübungen befassen. Dabei werden grundlegende Bewegungsprinzipien durch das achtsame, wiederholende Ausführen dieser Übungen immer klarer erlebbar. Mit unserem Taiji Kurzstock, dem Taiji Bang, werden wir uns mit den Grundlagenübungen vertraut machen. Wir werden überwiegend drinnen in der warmen Jurte üben, gelegentlich aber auch draussen uns mit der Stille der winterlichen Berglandschaft verbinden. Die Erlebnisse aus dieser vertiefenden Grundlagenarbeit können nicht nur das Verständnis und die Übungsweise der eigenen Taiji-Form bereichern, sondern darüber hinaus auch das bewusste Wahrnehmen und Gestalten ganz alltäglicher Bewegungen und Interaktionen freudvoll anregen.

Alle Bewegungsinteressierte, mit und ohne Taiji-Vorerfahrung, sind herzlich zu diesem bewegungsmeditativen Wochenende in den Bergen eingeladen. Die Anzahl der Seminar-Teilnehmenden ist auf acht Personen beschränkt.

**Seminarbeginn:** Samstag den 26. Januar 2019 um 10:00

**Seminarende:** Sonntag den 27. Januar 2019 um 17:00

**Seminarkosten:** CHF 200.-

**Unterkunft und Verpflegung:** CHF 130.- in 4er, bzw. 140.- in 2er Jurte

**Seminarleitung:** Dr. phil. Marko Nedeljković hat klinische Psychologie und Sinologie studiert und zum Thema «Taiji und Stressprotektion» promoviert. Seit 18 Jahren übt er Taiji aus und ist ein von der Schweizerischen Gesellschaft für Taiji und Qigong (SGQT) anerkannter Taiji Lehrer und Ausbilder. Er unterrichtet Taiji in verschiedenen Institutionen im Gesundheits- und Bildungswesen. Für ihn ist Taiji zu einem wunderbaren Weg der Kultivierung von innerer Kraft, Klarheit und Ausgeglichenheit geworden. Mit viel Freude und grosser Sorgfalt vermittelt er diese wertvolle Bewegungskunst weiter.



**weitere Infos unter:** [www.space2be.ch](http://www.space2be.ch) / **Anmeldung:** via Email an [info@space2be.ch](mailto:info@space2be.ch)