

Taiji Seminar im Jurtendorf

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

Seminarbeschreibung: Mit unserem Taiji Kurzstock, dem Taiji Bang, werden wir uns mit den Grundlagenübungen vertraut machen. Dabei werden grundlegende Bewegungsprinzipien durch das achtsame, wiederholende Ausführen dieser Übungen immer klarer erlebbar. Wir werden sowohl drinnen in der Jurte üben als auch draussen uns mit der Frische der voralpinen Berglandschaft verbinden. Die Erlebnisse aus dieser vertiefenden Grundlagenarbeit können nicht nur das Verständnis und die Übungsweise der eigenen Bewegungsformen wie im Taiji, Qigong, Yoga, Tanz etc. 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 erlebnisreichen Wochenende in den Bergen eingeladen. Die Anzahl der Seminar-Teilnehmenden ist auf acht Personen beschränkt.

Seminarbeginn: Samstag den 28. August 2021 um 10:00

Seminarende: Sonntag den 29. August 2021 um 17:00

Seminarkosten: CHF 240.- (für 12 Unterrichtsstunden)

Unterkunft und Verpflegung: CHF 130.- in 4er, bzw. 140.- in 2er Gästejurte
(eine Übernachtung und vier Malzeiten)

Seminarleitung: Dr. phil. Marko Nedeljković hat klinische Psychologie und Sinologie studiert und zum Thema «Taiji und Stressprotektion» promoviert. Seit 20 Jahren übt er Taiji aus und ist ein von der Schweizerischen Gesellschaft für Taiji und Qigong (SGQT) anerkannter Taiji Ausbilder und Qigong Lehrer. 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 / **Anmeldung:** via Email an info@space2be.ch