

Taiji Langstock (太極棍) – Form und Inhalt I

Seminarbeschrieb:

An diesem Wochenende werden wir uns in Ganzkörperbewegung zusammen mit dem Langstock üben. Dabei schulen wir unsere Koordination und Nähe/Distanz-Wahrnehmung, machen uns mit neuen Bewegungsabläufen vertraut und vertiefen dabei unser Verständnis der Taiji-Bewegungs- und Interaktionsprinzipien. Methodisch werden wir uns mit Grundlagen- und Partnerübungen, als auch mit dem ersten Teil der Langstockform nach T. T. Liang befassen. Ihr dürft euch auf ein gehaltvolles und bereicherndes Wochenende freuen! Wer noch keinen eigenen Langstock hat, kann diesen vor Ort seiner Körpergrösse entsprechend zurecht sägen. Bei trockener Witterung üben wir draussen an der Aare. Alle Bewegungsinteressierte, mit und ohne Taiji-Vorerfahrung, sind herzlich willkommen. Die Anzahl der Teilnahmeplätze ist auf zehn Personen beschränkt.

Seminarort

Taiji-Schule Aarau, Sonnmattweg 6,
5000 Aarau

Seminarzeiten

Samstag den 7. Mai 2022
von 9:00 bis 12:00; 13:30 bis 16:30
Sonntag den 8. Mai 2022
von 9:00 bis 12:00; 13:30 bis 16:30

Seminarkosten

CHF 250.- (für 12 Unterrichtsstunden)



Seminarleitung

Dr. phil. Marko Nedeljković hat klinische Psychologie und Sinologie studiert und zum Thema «Taiji und Stressprotektion» promoviert. Seit über 20 Jahren übt er Taiji aus und ist ein von der Schweizerischen Gesellschaft für Taiji und Qigong (SGQT) anerkannter Taiji Ausbildner und Qigong Lehrer. Er unterrichtet Taiji an verschiedenen Institutionen im Gesundheits- und Bildungswesen und am liebsten draussen in der Natur. Taiji ist für ihn ein wunderbarer Weg zu Kultivierung der inneren Kraft, Klarheit und Ausgeglichenheit geworden. Mit grosser Freude und Sorgfalt vermittelt er diese wertvolle Bewegungskunst weiter.

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