

## Taiji Langstock – Sommerwoche 2024

Anfänger wie Fortschreitende können vom 16. bis 21. Juli 2024 in Wettingen ganz in die Welt des Taiji Langstocks eintauchen. In Grundlagenübungen zusammen mit dem Langstock erforschen wir unseren ganzen Körper verbindende Bewegungsflüsse. Durch das Erlernen der Solo-Form, der Taiji Langstockform im Yang Stil nach T.T. Liang, schulen wir unsere Koordination und verfeinern die Wahrnehmung unseres Innen- und Aussenraumes. Mit der Langstock-Partner-Form als Komplement zur Solo-Form wird alles nochmals viel lebendiger! Die Interaktion mit einem Trainings-Partner bringt uns ganz ins Hier und Jetzt, wo alles Gelernte zusammenfliesst ... und auch deutlich wird, wo wir noch Lücken haben ;-). So können wir mit dem Taiji Langstock nicht nur unser Verständnis der Bewegungs- und Interaktionsprinzipien vertiefen, sondern vor allem spielerisch und freudvoll besser werden, in dem was wir tun. Vorgesehen sind sechs Trainingsstunden pro Tag. Rund um die Trainingszeiten wird es auch viel Raum für geselligen Austausch und individuelle Zeitgestaltung geben.

Ich freue mich sehr auf gehaltvolle und erlebnisreiche Taiji Sommertage mit euch zusammen!

- Wer:** Alle Anfänger und Fortschreitende, die Freude am Bewegen und Entdecken mit dem Langstock haben, sind herzlich willkommen.
- Wo:** in Baden / Wettingen. Wir üben draussen im Freien.
- Wann:** ab Dienstag den 16. Juli bis Sonntag den 21. Juli 2024  
**WICHTIG:** Eine Teilnahme ist an allen sechs oder auch nur an einzelnen Tagen möglich.
- Programm:**
1. + 2. Tag: Grundlagenübungen und Solo-Form 1. Teil
  3. + 4. Tag: Grundlagenübungen und Solo-Form 2. Teil
  5. Tag: Wiederholung und Vertiefung der ganzen Solo-Form + Einführung in die Partner-Form
  6. Tag: Fokus Partner-Form und Interaktionsprinzipien
- Kosten:** 1 Tag = 150.- / 2 Tage = 250.- / 3 Tage = 350.- / 4 Tage = 400.- / 5 Tage = 450.- / 6 Tage = 500.-  
(in CHF) \* Teilnehmende aus dem Ausland oder mit Anreiseweg von > 200 km erhalten 50.- Rabatt
- Unterkunft:** Es stehen einfache Übernachtungsplätze unentgeltlich zur Verfügung
- Leitung:** Ich heisse Marko Nedeljković und bin von der Schweizerischen Gesellschaft für Qigong und Taiji (SGQT) als Lehrer für Taiji und Qigong anerkannt. Taiji übe ich seit über 20 Jahren. Es ist für mich ein wunderbarer Weg, um das Wesen von Bewegung und Interaktion zu erforschen und nach und nach die darin liegenden inneren Kräfte zu ergründen. Das Erleben und Teilen dieser vielseitigen und tiefgründigen Bewegungskunst macht mir grosse Freude!
- weitere Infos unter:** [www.space2be.ch](http://www.space2be.ch)
- Video-Link zur ganzen Taiji Langstock Solo-Form:** [https://youtu.be/OaMuxG\\_QYAI](https://youtu.be/OaMuxG_QYAI)
- Kontakt bei Fragen / für Anmeldung:** [info@space2be.ch](mailto:info@space2be.ch) / +41 78 734 82 43