Taiji Kurzstock Seminar in Brugg

Grundlagen-, Partner- und Gruppenübungen mit dem Taiji Kurzstock

Seminarbeschrieb: Spielerisch werden wir die Bewegungs- und Anwendungsvielfalt des Taiji Kurzstockes erkunden. Durch entspannende und zugleich auch strukturgebende Grundlagenübungen machen wir wesentliche Bewegungsprinzipien erfahrbar, welche durch weitere Übungen zu zweit und in der Gruppe über unseren Körper hinaus in einem grösseren Rahmen noch klarer erlebbar werden. Neugierig ausprobierend bewegen wir uns hin zu einer grösseren körperlichen Lockerheit und Verbundenheit. Mehr Erdung, bessere Zentrierung, ein feineres Gefühl für Balance und Rhythmus ... und einfach mehr Freude am Bewegungserleben, das kann uns das Training mit dem Taiji-Kurzstock schenken ☺ Dies kann 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 kreativ anregen.



Alle Bewegungsinteressierte, mit und ohne Taiji-Vorerfahrung, sind am Seminar herzlich willkommen.

Seminartag: Samstag den 04. September 2027 von 9 bis 16 Uhr in Brugg

Seminarkosten: CHF 180.- bzw. CHF 150.- für wiederkehrende Teilnehmende

Seminarleitung: Dr. phil. Marko Nedeljković

Lehrer und Ausbildner für Taijiquan und Qigong, SGQT
Dipl. Craniosacral-Therapeut OdA KT

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