26-71591 Tai Chi Schwert, 56er Form für Anfänger mit Vorkenntnissen in Tai Chi Chuan und Fortgeschrittene

Entgelt	100,00 €
Dauer	15x
Kursleitung	Alfred Dumproff
Bemerkungen	Bitte ein Trainingsschwert mitbringen. Schwerter können im geringen Umfang ausgeliehen werden. Bitte bequeme Kleidung und leichte Turnschuhe oder warme Socken anziehen.
Kursort	Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47, 90522 Oberasbach

Tai Chi Chuan ist ein wichtiger und anerkannter Volkssport in China, dem eine positive Auswirkung auf Gesundheit und Psyche nachgesagt wird. Ursprünglich zur Selbstverteidigung, ist es heute auch bei uns als Mittel des Stressabbaus, der Entspannung und zum Erreichen der inneren Balance bekannt. Tai Chi besteht aus einer zusammenhängenden Form mit langsamen, fließenden und harmonischen Bewegungen, die uns ein besseres Körperbewusstsein, innere Ruhe und Gelassenheit vermitteln soll. Mit Tai Chi können wir die Beweglichkeit verbessern, die Konzentrationsfähigkeit steigern und einen Ausgleich zum beruflichen Alltag finden.
Unter den vier Waffenformen des Tai Chi ist neben Säbel, Stock und Speer das Schwert (Jian) die "edelste" Waffe. Es ist die Waffe der Helden in zahlreichen Wuxia-Büchern und Eastern-Filmen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
25.09.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47
02.10.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47
09.10.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47
16.10.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47
13.11.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47
20.11.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47
27.11.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47
04.12.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47
11.12.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47
18.12.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47
15.01.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47
22.01.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47
29.01.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47
05.02.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47
19.02.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47

zur Kursdetail-Seite