Bewegung - Ernährung - Achtsamkeit

Training - Beratung - Coaching

WCTAG-Seminarprogramm 2024

Ausbilder Thilo Papen

Thema	Termin	Inhalt
Taijiquan - Chenstyle Handformtraining Yilu Laojia / Yilu Xinjia /38erForm jeweils Teil 1 /9er- / 19erForm	24.02.2024 von 10 - 15 Uhr Preis: 50,- Euro	Formtraining, Zhanzhuanggong, Cansigong, Handformen nach Belieben, Partnerroutinen bei Bedarf
Taijiquan - Chenstyle Handformtraining Yilu Laojia / Yilu Xinjia /38erForm jeweils Teil 2 / 9er- / 19erForm	09.03.2024 von 10 - 15 Uhr Preis: 50,- Euro	Formtraining, Zhanzhuanggong, Cansigong, Handformen nach Belieben, Partnerroutinen bei Bedarf
Taijiquan - Chenstyle Handformtraining Yilu Laojia / Yilu Xinjia /38erForm jeweils Teil 3 /9er- / 19erForm	06.04.2024 von 10 - 15 Uhr Preis: 50,- Euro	Formtraining, Zhanzhuanggong, Cansigong, Handformen nach Belieben, Partnerroutinen bei Bedarf
Taijiquan - Chenstyle Handformtraining Yilu Laojia / Yilu Xinjia /38erForm jeweils Teil 4 oder 9er- / 19erForm	04.05.2024 von 10 - 15 Uhr Preis: 50,- Euro	Formtraining, Zhanzhuanggong, Cansigong, Handformen nach Belieben, Partnerroutinen bei Bedarf
Taijiquan - Chenstyle Ballform + Begleitübungen	01.06.2024 von 10 - 15 Uhr + 02.06.2024 von 10 - 13 Uhr Preis: 80,- Euro	Ball-/Kugelform, inclusive Begleitübungen mit dem Ball/Kugel
Taijiquan - Chenstyle Kurzstockform / Doppelkurzstockform	27.07.2024 von 10 - 15 Uhr + 28.07.2024 von 10 - 13 Uhr Preis: 80,- Euro	Wahlweise Kurzstock- oder Doppelkurzstockform
Taijiquan - Chenstyle Schwertform	17.08.2024 von 10 - 15 Uhr + 18.08.2024 von 10 - 13 Uhr Preis: 80,- Euro	Schwertform, inkusive Erklärung der Grundtechniken + Begleitübungen
Taijiquan - Chenstyle Stock-/Speerform oder Hellebardenform	14.09.2024 von 10 - 15 Uhr + 15.09.2024 von 10 - 13 Uhr Preis: 80,- Euro	Wahlweise Stock-/Speer- oder Hellebardenform
Taijiquan - Chenstyle Handformtraining - Vertiefung Yilu Laojia / Yilu Xinjia /38erForm / 9er- / 19erForm	26.10.2024 von 10 - 15 Uhr Preis: 50,-	Formtraining, Zhanzhuanggong, Cansigong, Handformen nach Belieben, Partnerroutinen bei Bedarf

Thema	Termin	Inhalt
Taijiquan - Chenstyle Partnerroutinen	16.11.2024 von 10 - 15 Uhr Preis: 50,- Euro	Partnerroutinen 1 - 5; Die Kraft die aus der Erde kommt!
Taijiquan - Chenstyle Vertiefung Waffen nach eigener Wahl Kurzstockformen / Schwertform / Stock-/Speerform / Hellebardenform	07.12.2024 von 10 - 15 Uhr Preis: 50,- Euro	Wahlweise Vertiefung der Waffenformen anhand der individuellen Bedürfnisse

Anmeldung via eMail: thilo@einfachmutigsein.com oder thilopapen@gmail.com

Weitere Informationen unter: https://www.einfachmutigsein.com

Veranstaltungsort: 38536 Meinersen (oder Umgebung)

Einzelunterricht oder Intensivtrainingstage (im Zeitfenster von 10 - 17 Uhr) Outdoor sind nach Absprache möglich!

Den inneren Drachen zähmen -

MuT - zur Veränderung