

BRANDED SINCE 2000

Tao-Initiative e.V.

Tai Chi Chuan & Qi Gong



Peter Stuhlmacher
68167 Mannheim

Tel.: 0177 29 41 0 82
verein@tao-initiative.de
www.tao-initiative.de

Seminar-Ausschreibung Tao-Initiative e.V. 2022

Liebe Vereinsmitglieder,
sehr geehrte*r Interessierte*r,

Neben unseren ganzjährigen Angeboten bietet die Tao-Initiative jährlich ein Kloster-Seminar im Kloster St. Maria, Esthal (Neustadt/Pfalz) an **vom 09. - 11.09.2022**



2022 bieten wir auch einen **Tai Chi-Anfänger-Kurs** an. Anfänger haben hier die Möglichkeit, nicht nur Tai Chi zu erlernen, sondern auch intensiv zu trainieren, um neben der körperlichen Erfahrung auch erste mentale und psychische Erkenntnisse zu sammeln.

Interessierte, die sich dem Qi Gong widmen möchten bieten wir auch in diesem Jahr, unter Leitung von Jutta Stuhlmacher, ein **Qi Gong-Seminar**, das Körper und Geist wieder verbindet, neue Energie vermittelt und entspannt.

Fortgeschrittene können sich unter anderem dem intensiven Training der Tai Chi-Solo-Form und den Waffenformen (Schwert, Fächer, Stock) unter Leitung der Co-Trainer und Peter Stuhlmacher widmen. Eine wechselnde Angebotsnutzung ist nicht möglich.

Themen: Yin/Yang in der Tai Chi-Form
Meridian-Qi Gong nach Prof. Guangde ZHANG

Anmeldung bis 01. Juli 2022.

Verbindliche Anmeldung formlos unter verein@tao-initiative.de falls Unterbringung/Verpflegung nicht gewünscht.

Seminargebühr 180 Euro bitte vor Ort zu Seminarbeginn entrichten.

(Anlage Seminar-Buchung Kloster)

Vorstand: Peter Stuhlmacher,
Geschäftsführung: Alexandra Wenzel
Verw. & Organisation: Linda von dem Bussche
Gerichtsstand Mannheim
Vereinsregister Mannheim VR 2342
IK Nr. 442829141



BRANDED SINCE 2000

Tao-Initiative e.V.

Tai Chi Chuan & Qi Gong

Seminar-Buchung Kloster / Tao-Initiative e.V. 2022

Die Anmeldung zum Kloster-Seminar bitten wir im Kloster selbständig durchzuführen unter Nennung der des Tao-Initiative-Seminars:

Telefon +49 (0) 6325 95 420

Email info@kloster-esthal.de

Internet www.kloster-esthal.de

Kloster St. Maria, Klosterstraße 60,
67472 Esthal/Pfalz (Nähe Neustadt)



Anmeldeschluss: 01. 07. 2022

Dankbar wären wir für um eine entsprechende Anmeldebenachrichtigung (Mail in Copy).

All-inclusive-

Einzelzimmer, Vollpension, Duschen/Toiletten in ausreichender Anzahl im Klostergang auf der Zimmeretage.

Unterbringungskosten 165 Euro

Sanitäre Anlagen auf dem Gang in ausreichender Anzahl und wie gewohnt in antiseptischen Zustand.

Gebucht ist diesmal ein größerer Trainingsraum für "alle (Wetter-) Fälle", ansonsten findet das Training wieder Outdoor statt. Kaffee/Tee und Kuchen am Nachmittag. Das abendliche Beisammensein, wie üblich auf dem großen Balkon unter Einsatz von alkoholfreien Getränken, Hopfenblütentee oder regionalem Weinangebot. Gerne helfe ich beim vertilgen der mitgebrachten Schoko-Kekse.

(Anlage Seminar-Time-Line)

Vorstand: Peter Stuhlmacher,
Geschäftsführung: Alexandra Wenzel
Verw. & Organisation: Linda von dem Bussche
Gerichtsstand Mannheim
Vereinsregister Mannheim VR 2342
IK Nr. 442829141



BRANDED SINCE 2000

Tao-Initiative e.V.

Tai Chi Chuan & Qi Gong

Seminar-Timeline 2022

Treffpunkt und Check-In:

Parkplatz, Klostervorhof 13 – 13:30 Uhr.

Begrüßung/Start:

13:30 Uhr Begrüßung in Cafeteria mit Kaffee/Tee/Kuchen

14:00 Uhr Seminarbeginn



Vormittag:

07:00 – 07:30 Uhr Meditation (Sa./So. Indoor/Decke)

07:30 – 08:00 Uhr Aufwärmübungen (Sa./So. Indoor/Decke)

08:00 – 09:00 Uhr Frühstück (Sa./So.)

09:00 – 12:00 Uhr Tai Chi / Meridian-Qi Gong ([Ind.-/] Outdoor)

Mittag:

12:00 – 14:00 Uhr Mittagessen (Sa./So.)

14:00 – 15:30 Uhr Tai Chi / Meridian-Qi Gong ([Innd.-/] Outdoor)

15:30 – 16:30 Uhr Kaffee/Tee/Kuchen (Sa.)

16:30 – 18:00 Uhr Tai Chi / Meridian-Qi Gong ([Innd.-/] Outdoor)

Abend:

18:00 – 19:00 Uhr Abendessen (Fr./Sa.)

19:00 Uhr (open end) Gemütliches (Fach-)Simpeln/Terrasse

Seminarende:

13:30 Uhr Abschlussbesprechung, Verabschiedung

14:00 Uhr Ende

Bitte mitbringen:

Bewegungsfreundliche Kleidung, Turnschuhe für draußen,
eine Decke, warme Trainingsbekleidung (auch für Terrassenabende).
Vor Ort sind Getränke erhältlich.

Die Tao-Initiative e.V. freut sich auf Dein/Ihr kommen!

Vorstand: Peter Stuhlmacher,
Geschäftsführung: Alexandra Wenzel
Verw. & Organisation: Linda von dem Bussche
Gerichtsstand Mannheim
Vereinsregister Mannheim VR 2342
IK Nr. 442829141

