

World Tai Chi & Qigong Day



One World ... One Breath

**Hundreds of Cities -
Over 70 Nations**



Am letzten Samstag im April (27.04.24) feiern wir den **25. World Tai Chi & Qi Gong Day** mit einem „TAG DER OFFENEN TÜR“ im Taozentrum Frankfurt

Was erwartet Euch?

Ein reichhaltiges Programm mit Workshops und Vorführungen aus der Welt der chinesischen Bewegungslehren zum Anschauen und mitmachen.

Für Sitzmöglichkeiten und Getränke ist gesorgt.

Der Eintritt ist kostenfrei – um eine kleine Spende wird gebeten.

Wo könnt ihr Euch anmelden?

Um die Organisation der Veranstaltung zu erleichtern, freuen wir uns auf Eure Anmeldung unter www.taozentrum-frankfurt.de

Wir freuen uns auf Euch!

Euer Orgateam

World Tai Chi & Qigong Day

One World ... One Breath

25 Jahre

**Hundreds of Cities -
Over 70 Nations**



www.WorldTaiChiDay.org

TAG DER OFFENEN TÜR – AGENDA



11:00 Uhr

Qi Gong mit Stefan Frey

Ganzheitliche Energieübungen nach dem alten Wissen der Traditionellen Chinesischen Medizin



12:00 Uhr

Qi Gong mit IDOGO Stab mit Roswitha Fischer

Weiterentwicklung des Qi Gong zu einem Übungssystem mit dem Idogo Holzstab



13:00 Uhr

San Shou Taiji Partnerform mit Anja Schneider & Silke Braun

Umsetzung aller Taiji-Prinzipien in einer Form mit Partner zum besseren Bewegungsverständnis



14:00 Uhr

Taijiquan mit Stefan Frey

Chinesisches meditatives Bewegungssystem nach den Prinzipien von Yin und Yang



15:00 Uhr

Jian – Das Taiji-Schwert mit Anja Schneider

Traditionelle Waffe der chinesischen Bewegungskünste zur Erweiterung der Prinzipien der leeren Hand

16:00 Uhr

Vorführungen