

# 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](http://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](http://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**

### **Vorfürungen**