

Kursbeschreibung

Die **5-Elemente-Lehre** ist ein zentraler Bestandteil der chinesischen Sicht auf die Welt. Diese sogenannte „Kleine Form“, die die verschiedenen fünf Energien in Bewegung umsetzt, ist gut geeignet für AnfängerInnen, die die chinesische Bewegungskunst Taijiquan kennenlernen möchten. Sie benötigt wenig Platz und kann somit auch gut zu Hause geübt werden.

Wir üben in diesem Kurs nach einführenden Basisübungen sowie kleinen vorbereitenden Meditationen diese „Kleine Form“ in kleinen Schritten, so dass jede/r, unabhängig vom Alter, die Möglichkeit hat, diese Form mit Freude entspannt zu erlernen. Einfache Selbstmassagen, Akupressurtipps helfen Energieblockaden und Verspannungen zu lösen und lassen sich gut in den persönlichen Tagesablauf integrieren. Grundlegendes Wissen zur chinesischen Sicht der Dinge ergänzt den Unterricht.

Bitte mitbringen: bequeme, warme Kleidung, Decke, leichte Turnschuhe oder dicke Socken.

Das Angebot

5-Elemente-Form „Die 5 Räder“

Leitung: Marianne Linseisen

11.01. - 15.03.2018

10 x Donnerstag 18:30 – 19.30 Uhr

Turnhalle Sportanlage
SC Kirch-/Westerweyhe
Kämpenweg 14, Westerweyhe

Kursgebühr:
50 € für Vereinsmitglieder
100 € für Nichtmitglieder

Teilnahmebedingungen

ANMELDUNG

Eine Anmeldung ist erforderlich. Sie ist verbindlich durch das Abgeben des unterschriebenen Anmeldeformulars an **den SC Kirch-/Westerweyhe**.

Die Mindestteilnehmerzahl ist 6 Personen.

ABMELDUNG

Bei einer Abmeldung bzw. dem Fernbleiben während des laufenden Kurses werden die Kursgebühren sowie die Kosten für etwaig entstandene Verbindlichkeiten einbehalten.

HAFTUNG

Jede/r TeilnehmerIn trägt die volle Verantwortung für sich und seine Handlungen innerhalb und außerhalb des Kurses.

Sie / er kommt für verursachte Schäden, Diebstahl etc. selbst auf und stellt den Veranstalter, den Kursleiter und den Gastgeber an den Veranstaltungsorten von jeglichen Haftungsansprüchen frei.

Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass der Kurs kein Ersatz für medizinische und psychiatrische Behandlungen ist.

Wer sich in Therapie befindet, muss rechtzeitig mit der Kursleiterin und dem Therapeuten / Arzt klären, ob er an dem Kurs teilnehmen kann.

Anmeldung

Taiji 5-Elemente-Form „Die 5 Räder“

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

Ort: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Ich habe die Teilnahmebedingungen gelesen und akzeptiert und melde mich für umseitig genannten Kurs an

als Mitglied des SC KiWest

als Nichtmitglied

Datum

Unterschrift



Kursangebot

5-Elemente-Form „Die 5 Räder“

Leitung:
Marianne Linseisen

10 x

vom 11.01. - 15.03.2018

Donnerstag 18:30 – 19:30 Uhr

Ort:
Turnhalle Sportanlage
SC Kirch-/Westerweyhe
Kämpfenweg 14, Westerweyhe

Kursgebühr:
50 € für Vereinsmitglieder
100 € für Nichtmitglieder



Marianne Linseisen, Jahrgang 1955,
Lehrerin für Taijiquan und Körperarbeit mit
langjähriger Unterrichtserfahrung.

Ich übe seit 1992 Taijiquan. 1998 habe ich meine erste Gruppenleitung übernommen. Eine Ausbildung zur Lehrerin für Taijiquan und Körperarbeit begann ich 1999. Unter der Leitung des IFBUB (Institut für Bewegungslehre und Bewegungsforschung Barbara und Klaus Moegling) in Kassel habe ich beim BITAK (Bildungszentrum für Taijiquan, Atem- und Körperarbeit) in Quedlinburg bei Martin Neumann und Jutta Sarstedt meine Hauptausbildung erhalten. 2003 und 2004 habe ich Prüfungen zur Taiji-Lehrerin nach den Kriterien des DDQT erfolgreich absolviert. Ständige Fortbildungen, unter anderen bei Frau Jian Guiyan und Meister He Lin Lin und Foen Tjoeng Lie sowie seit 2008 ein mehrjähriges Intensivtraining im „Taiji-Raum“ Aschaffenburg mit Daniel Grolle, Hamburg, sind eine wichtige qualitative Grundlage für mein Angebot.

Marianne Linseisen
Kegelbahnweg 19
29515 Uelzen

0581 / 75674

E-Mail: m-linseisen@t-online.de



Schule für Taijiquan und Körperarbeit

„MaLi“

Kursangebot im SC Kirch-/Westerweyhe 1. Quartal 2018

5-Elemente-Form