

Wu-Stil Tai Chi Chuan

Gesundheit, Kampfkunst, Selbstverteidigung



Hand- und Waffenformen
Partnerübungen

regelmäßige Kurse vormittags und abends
in **Berlin - Schöneberg**
kassenanerkannte Einsteigerkurse
exklusiver Einzelunterricht

Kursleiter- und Lehrerausbildung



Was ist Tai Chi Chuan?

Tai Chi Chuan ist ursprünglich eine alte chinesische Kampfkunst und Methode zur Gesundheitsförderung. Mittlerweile wird Tai Chi auch in Europa von vielen tausenden Menschen praktiziert.

Der Name **Tai Chi Chuan** gliedert sich in zwei Teile. **Tai Chi** als philosophischer Fachbegriff, welcher mit "der höchste Pol" bzw. "das höchste Prinzip" übersetzt werden kann. Der zweite Teil **Chuan** bedeutet so viel wie "Faust" bzw. "Faustkampf". Somit erklärt sich Tai Chi Chuan bereits durch seinen Namen als Bewegungs- und Kampfkunst, welche nach den Prinzipien des Tai Chi strebt und arbeitet.

Der Wu-Stil zeichnet sich besonders durch die im Tai Chi wichtige Fähigkeit des Neutralisierens aus. Im Training wird gerade am Anfang sehr viel Wert auf eine korrekte Position gelegt, um Fehlbelastungen vorzubeugen, so dass der Schüler sofort von der gesundheitsfördernden Wirkung des Tai Chi Chuan profitieren kann.

Weitere Informationen unter:

www.mafei-taichi.de

Kursort: TomoSei Aikido Dojo
Hauptstraße 26, 1082 Berlin - Schöneberg

Einsteigerkurs immer **dienstags 19:30Uhr** und
mittwochs 10:00Uhr.
(Einstieg jederzeit möglich)

Kontakt: Markus Feichtenbeiner
030 - 21 40 36 07, 0171 - 75 56 098
mafei-taichi@gmx.de