

Taiji Schwert Seminar Anwendungen und Partnerübungen

Kurs A: Anwendungen. Viele Feinheiten des Formablauf bleiben unentdeckt, wenn die Idee der Anwendung nicht erkannt und auch beim üben der Form achtsam berücksichtigt werden kann. Anwendungen können Yin oder Yang betonte Haltungen und Bewegungen sein, die eine ganz spezifische Handhabung des Schwertes in einer Situation darstellen. Die starke Verbindung zwischen dem Yi (Vorstellung) und dem Qi (der Lebenskraft) wird durch die Konzentration auf die mögliche Selbstverteidigungsfunktion in der Anwendungen noch mehr verdeutlicht. Der Ablauf der Form wird plastischer und intensiver ohne von seiner Weichheit (das Schwert entspricht dem Wasser) zu verlieren.



Kurs B: Partnerübungen mit dem Schwert erweitern die Wahrnehmung. Die Vorstellung (Yi) und die innere Kraft (Qi) werden leichter erfahrbar. Zunächst erfordern die Übungen die Aufmerksamkeit tatsächlich erfahrbar über den Körper hinaus bis in das Schwert auszuweiten. Im Kontakt mit einem Partner dann, wird die geschickte Handhabung und die integrierte Verbindung von Körper und Schwert deutlich wahrnehmbar. Erfahrungen, die jede Formübung bereichern.

Kurs C: Formkorrektur und Vertiefung. Hier können Übungen der Vortage wiederholt und im Ablauf der Form (nach Meister Huang Weilun) erlebbar werden. Der Ablauf der Form verändert sich mit dieser neuen Achtsamkeit und Korrekturen sind hilfreich, um einen weiterhin innerlich kraftvollen und doch außen weichen und fließenden Bewegungsfluss zu bewahren. Tagtäglich ändert und erweitert sich unser Bewußtsein, dadurch sind prinzipiell jeden Tag auch Verbesserungen der Formbewegungen möglich, die manchmal wenige Tage zuvor noch nicht möglich waren. Formkorrektur ist deshalb auf jeder Entwicklungsstufe immer wieder die Grundlage für Fortschritt und kontinuierlichen Erfolg beim Üben. Die Form als äußerer Rahmen der Übung erlaubt vielfältige Ausgestaltung.

Termine und Zeiten:

Samstag, 23. Okt. 2010:

10.00h bis 13.00h

Kurs A - Anwendungen Basisübungen

15.00h bis 18.00h

Kurs B - Schwert Anwendungen und Partnerübungen Fortsetzung und Vertiefung

Voraussetzung: Kenntnisse Taijiquan, Grundkenntnisse Taiji Schwert (z.B. Einsteigerkurse Tai Chi Forum, Weißer Kranich / auch Sommerakademie)

Sonntag, 24. Oktober 2010:

10.00h bis 13.00h

Kurs C - Umsetzung in der Form

(Änderungen vorbehalten!)

Voraussetzungen Kenntnisse im Formablauf Taiji Schwert nach Meister Huang Weilun bzw. der Schule des Tai Chi Forum Deutschland.

Teilnahmegebühr:

A od. B od. C 45* / 50 €

Samstag A+B 85* / 95 €

Komplett A,B +C 125*/140€

*Mitglieder Weisser Kranich / Schüler Tai Chi Forum

Lehrmeister Volker Jung beschäftigt sich seit seiner Kindheit mit asiatischen Kampfkünsten. 1992 gründete er mit Vera Leibold das Tai Chi Forum Deutschland. Taijiquan sowie andere innere Kampfkünste Chinas, wie auch verschiedene Qigong Methoden sind heute Schwerpunkt in den angebotenen Ausbildungen, Seminaren und Workshops. Volker Jung ist bekannt dafür, großen Wert auf die Funktionalität jeder Einzeltechnik im Sinne der energetischen und statischen Gesetze zu legen und weist einen umfangreichen Erfahrungsschatz in Anwendungen und Partnerübungen auf. Sein Stil wird durch hohe Praxisnähe und ein realistisches Maß an Einschätzung von Möglichkeiten und der Fähigkeit zur Umsetzung gekennzeichnet. Als langjähriger Schüler verschiedener chinesischer Meister, fließt vielfältiges Wissen in die Erfahrungen von Volker Jung ein, das er gerne an seine Schüler weitergibt.



Taiji Schwert

...ist eine besonders elegante und doch kraftvolle Art und Weise mit den Taiji-Prinzipien Yin und Yang zu spielen.

ANMELDEFORMULAR

Hiermit melde ich mich verbindlich an für das Seminar

Anwendungen Basis A O
Anw. und Partnerübungen B O
Schwert Formvertiefung C O
(bitte ankreuzen)

Teilnahmegebühr: Komplett A,B +C 125*/140 €

Kurs A od. B od. C 45*/ 50 €

Samstag A+B 85* / 95 €

*Mitglieder Weisser Kranich / Schüler Tai Chi Forum

Jede(r) Teilnehmer(in) trägt während der Veranstaltung die Verantwortung für sich selbst und haftet somit für sich selbst.

.....
Vorname Name

.....
Strasse

.....
PLZ / Ort

.....
Telefon

.....
eMail

Ich bin Mitglied Kranich / Schüler Tai Chi Forum

.....
Datum, Unterschrift

SEMINARORT:

**Mainz Neustadt, Goetheschule,
Turnhalle im EG (Eingang Colmarstrasse)**

Kontakt Veranstaltungsorganisation:

Ramona Heister, Tel.: 06123 702391

Mail: ramona.heister(at)t-online.de

www.aktivgestalten.de

ANMELDEVORGANG:

Bitte ausgefülltes Anmeldeformular bis spätestens 15. Okt. 2010 an Ramona Heister per Fax 06123 702392 oder Weisser Kranich per Post (Adresse s.unten).

Die Teilnahmegebühr (je nach Kurswahl) bitte auf folgendes Konto überweisen:

Volker Jung , Volksbank Rhein-Lahn

Kto.: 213 405012 BLZ 570 92 800

Die Anmeldung wird nach Reihenfolge und Eingang der Zahlung berücksichtigt. Es erfolgt keine separate Anmeldebestätigung. Die Teilnehmer-anzahl ist begrenzt.

Veranstalter: www.weisser-kranich.de
Weißer Kranich, Freunde des Taiji, Qigong und Wushu e.V., Mainz, c/o Lilo Ambach, Mainzer Strasse 140, 55124 Mainz



Taiji Schwert Seminar

Anwendungen und Partnerübungen

**23. und 24. Oktober 2010
in Mainz**



Eine Veranstaltung des Vereins:

Weißer Kranich
Freunde des Taiji, Qigong
und Wushu e. V.

mit Volker Jung
www.tai-chi.de