

CHENSTIL

Taijiquan

IN DRESDEN

lernen - verstehen
&
anwenden



Wahrnehmung, Körperverständnis und Strukturarbeit

INHALTE

Taijiquan lebt vom tiefen Verständnis der biomechanischen Wirkungsweise des eigenen Körpers.

In dieser Einheit lernst du, Kraftverläufe gezielt zu nutzen, öffnende und schließende Bewegungen zu verfeinern und das Zusammenspiel deiner Gelenkwinkel zu optimieren.

Das Ergebnis: mehr Körpergefühl, fließende Bewegungen und maximale Effizienz.

Offen für alle – unabhängig von Stil oder Vorerfahrung. Nimm wertvolle Impulse für deine eigene Praxis mit.

Frank vom Chenstil Taijiquan in Hamburg ist Ausbilder der WCTAG und hat langjährige Praxis- und Lehrerfahrungen.



ANMELDUNG UND INFORMATIONEN

lorenz.anne@yahoo.de
www.chenstyle.de

ZEIT UND PREIS

Fr 19.06.26 (18:30-20:30 Uhr)
30 € (WCTAG-Mitglied)
35 € (Nichtmitglied)

ORT

1. Aikidoschule Dresden
Kipsdorfer Str. 100,
01277 Dresden

