

Taijiquan INTENSIV TAGE 2020

im Kloster Plankstetten, vom 01. bis 08. November 2020



Taiji intensiv Tage

Eine Woche üben und trainieren in entspannter, klösterlicher Atmosphäre. Im Vordergrund steht hierbei sowohl das Vertiefen von Basisfertigkeiten (stehende Meditation und Seidenübungen) in Theorie und Praxis, als auch der Unterricht in den ersten Formen des „Neuen“- und „Alten“ Rahmens (Xinjia Yilu und Laojia Yilu).

Unterricht

- Es werden täglich 6,5 Stunden Unterricht angeboten.
- Vormittags (9:00 bis 12:30 Uhr): Vermittlung und Vertiefung des Chenstil Basis Programms (Stehende Meditation, Seidenübungen, Laojia Yilu).
- Nachmittags (15:00 bis 18:00 Uhr): Erlernen/Vertiefen der 1. Form neuer Rahmen (Xinjia Yilu).

Informationen



Ort

Die über 880 Jahre alte Benediktinerabtei Plankstetten liegt zwischen Nürnberg und Ingolstadt. Das Kloster verfügt über einen 240 qm großen Trainingsraum.



Anfahrt

Detaillierte Weg- und Anfahrtsbeschreibung:
<https://www.klosterplankstetten.de/service/anreise/>



Preis

Unterkunft/Verpflegung
EZ Kat. C: 405 Euro/Woche
EZ Kat. B: 520 Euro/Woche
EZ Kat. A: 610 Euro/Woche
Unterricht: 380 Euro



Verpflegung

Das Essen wird frisch mit besten BIOLAND-Zutaten aus den Klosterbetrieben zubereitet (Frühstücks-, Mittagessen, Abendbuffet).

a Anmeldung an: Info@chenstyle.de

t 0176 49 303 760 **w** www.chenstyle.de

