

# Taijiquan INTENSIV TAGE 2023

im Kloster Plankstetten, vom 14. bis 20. Mai 2023



## 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). Anreise am 14.05. bis 14 Uhr, Abreise am 20.05. ab 13.30 Uhr.

## 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 : 381 Euro/Woche  
EZ Kat. B : 495 Euro/Woche  
EZ Kat. A : 582 Euro/Woche  
EZ Kat. A+ : 636 Euro/Woche  
  
Unterricht: 400 Euro



### Verpflegung

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

**a** Anmeldung an: [Info@chenstyle.de](mailto:Info@chenstyle.de)

**t** 0176 49 303 760 **w** [www.chenstyle.de](http://www.chenstyle.de)

