

# Vertiefung der Tai Chi-prinzipien

**15. Aug. bis 22. Aug. 2020**

**Intensivseminar in Bordo**

**mit Michael Konarkowski**



**Kursgebühr:** 360 €  
Unterkunft/Verpflegung: 45€ / Tag  
EZ-Zuschlag 15€ / Tag

## Der Kurs:

5 bis 6 Stunden Training täglich

## **Themen:**

Tsao und I Chi Kung – Grundübungen und Atemübungen  
Taichi-prinzipien in Form und Partnerarbeit  
Bilder der Formen im Bezug zu verschiedenen Anwendungen  
Tuishou im festen Stand und mobiles Tuishou  
Kurzform, Langform, schnelle Form

**Der Kurs wendet sich an Interessierte unabhängig vom ausgeübten Stil.**

## Der Ort:

Bordo ist eine Dorfgemeinschaft in Norditalien mit buddhistischer Ausrichtung. Die ruhige Atmosphäre inspiriert und lädt zu gesammeltem Üben ein.

## weitere Informationen:

Ort: [www.bordo.org](http://www.bordo.org)

Kurs: [www.matsunkuen-breisgau.de](http://www.matsunkuen-breisgau.de)

Kontakt: [taichi-elztal@web.de](mailto:taichi-elztal@web.de)