

# TAI-CHI TCHO - La Chaux-de-Fonds – SAMSTAG – 28 Oktober – 2017

Zeit	Grosser Saal	Balkon	Kleiner Kreis	Studio	Vô-Vietnam	Turnhalle Numa-Droz A	Turnhalle Numa-Droz B	
8.00 9.00				Morgenübungen <i>Anne Gisep</i>				
8 - 9	Qigong im Park des Crêtets <i>Katia Biloni</i>							
9-9.30	Empfang und Informationen im grossen Saal							
9.45	Acht archetypische Haltungen	Die Tai Chi 8er-Form	Ba Fa Wu Xing Gong : Form der 13 Techniken (1. Teil)	Qigong Schlange und Kranich	Lockerungsübungen zur Entspannung (TRE)	13 Methoden Tuishou	Bewegen, bewegen lassen Marko <i>Nedeljkovic</i>	32er Schwertform (1. Teil) <i>Maria Nedelcheva</i>
11.40	<i>Peter den Dekker</i>	<i>Helmut Oberlack</i>	<i>Tjoeng Lie-Foen</i>	<i>Franziska Rüscher</i>	<i>Tjeerd Verbeek</i>	<i>Patrick Jeannotat</i>		
12.00	Mittagessen im grossen Saal							
14.00	Illiqchuan Zhonxindao Der neutrale Weg	Shuang An Tuishou	Qigong	Fächer Grundtechniken mit Partner	Qigong Taoistische Energiearbeit für Frauen	Struktur	Kampfkunst Anwendungen der Form (1. Teil)	Partnerform des Yang Stil
15.45	<i>Daria Sergeeva</i>	<i>Patrick Jeannotat</i>	<i>Georges Saby</i>	<i>Jean-Pierre Schorpp</i>	<i>Renate Kuschke</i>	<i>Fabian Cretton</i>	<i>Richard Odell</i>	<i>Thierry Huguet</i>
16.05	Wasser Qigong und freies Push Hands	Die Grundlagen des Qigong	Ba Fa Wu Xing Gong : Form der 13 Techniken (2. Teil)	Voll und Leer Unterscheiden	Qigong Sitzen	Qigong	Yi Quan, Da Cheng Quan und Tai Ki Ken	Tuishou- Sanshou
17.50	<i>Gianfranco Pace</i>	<i>Katia Biloni</i>	<i>Tjoeng Lie-Foen</i>	<i>Mauro Bertoli</i>	<i>Faye-Li Yip</i>	<i>Judith Van Drooge</i>	<i>J-L Lesueur</i>	<i>Paul Silverstrale</i>
19.00	Aperitif und Vorfürhungen im grossen Saal							
20.30	Festessen und Tanz bis 01 Uhr							
22.00	Das Café CHAN ist offen (im kleinen Kreis) ruhige Stimmung							



Alle Stufen (+Anfänger)



Mittelstufe



Fortgeschritten

# TAI-CHI TCHO - La Chaux-de-Fonds – SONNTAG – 29 Oktober – 2017

Zeit	Grosser Saal	Balkon	Kleiner Kreis	Studio	Vô-Vietnam	Turnhalle Numa-Droz A	Turnhalle Numa-Droz B		
7.00 8.00				Morgenübungen <i>Anne Gisep</i>					
7 - 8	Qigong im Park des Crêtets <i>Katia Biloni</i>								
8.15  9.45	Acht Brokatübungen Qigong  <i>Faye-Li Yip</i>	Arme schwingen  <i>Marko Nedeljkovic</i>	Haltungs Qigong Und ba duan Jin  <i>Peter den Dekker</i>	Tai Ji Quan  <i>Georges Saby</i>	Illiqchuan Zhonxindao: Energie Fluss  <i>Daria Sergeeva</i>	Struktur und Freiheit  <i>Paul Silverstrale</i>	Yi Quan, Da Cheng Quan und Tai Ki Ken  <i>J-L Lesueur</i>	Partnerform des Yang Stil  <i>Thierry Huguet</i>	
10.00  11.30	Wasser Qigong und freies Push Hands  <i>Gianfranco Pace</i>	Die Tai Chi 8er-Form  <i>Helmut Oberlack</i>	Voll und Leer Unterscheiden  <i>Mauro Bertoli</i>	Fächer Grundtechniken mit Partner  <i>Jean-Pierre Schorpp</i>	Lockerungsübungen zur Entspannung (TRE)  <i>Tjeerd Verbeek</i>	Öffnen und schliessen  <i>Fabian Cretton</i>	Kampfkunst Anwendungen der Form (2. Teil)  <i>Richard Odell</i>	Push Hands  <i>Judith van Drooge</i>	32er Schwertform (2. Teil)  <i>Maria Nedelcheva</i>
11.45	Kollektive Demonstration im Park (Parc des Musées)								
12.45	Mittagessen im grossen Saal								
14.00  15.45	<b>Freies Push Hands</b>				Qigong Taoistische Energiearbeit für Frauen  <i>Renate Kuschke Spi</i>	Qigong Schlange und Kranich  <i>Franziska Rüscher</i>			
16.30									
17.00	Tee und Kuchen, Abschluss im grossen Saal								



Alle Stufen (+Anfänger)



Mittelstufe



Fortgeschritten