



Internationales Tai-Chi Chuan und Qigong Treffen TAI-CHI TCHO vom 1. - 3. November 2019 La Chaux-de-Fonds / Schweiz

Freitag

18.00
20.00

Samstag

7.00-8.00
8.00-8.30
8.45-10.15
10.30-12.00
12.15
14.15-16.00
16.15-17.45
19.00
20.00-02.00

Sonntag

7.00-8.00
8.15-10.15
10.30-12.15
12.30
13.45-16.30
16.30-17.30

SIFU

Tjeerd Verbeek NL
Tamara Graf DE
Scott Chaplowe USA/UK
Roberta Polizzi IT
Raquel Jesus PT/NL
Nils Klug DE
Mauro Bertoli IT
Maria Nedelcheva BG
Judith Van Drooge NL
Helmut Oberlack DE
Epi Van de Pol NL
Claudy Jeanmougin FR
Bob Lowey UK
Jean-Luc Perot BE
Isabelle Boitière FR
Nicole Henriot CH
Cate Wallis CH
Patrick Jeannotat CH
Petra Orth DE
Luigi Zanini IT
Almut Schmitz DE

Psoas Spannungen lösen(TPE)
Qigong für Frauen
Stock mit Partner
Brokatübungen im Sitzen
Stilles Qigong
Händeschieben
Drei Phasen des Kreises/ Zentren
Anwärmen,atmen/Schwert Grundübungen
Selbstentwicklung und Tai-Chi
Taiji-Qigong (Shibashi)
Müheles Tui-Shou/Entspannen,sinken,leeren
Schwertfechten/Rückenprobleme
Daoyin Yangsheng Gong
Qigong/Dynamischer Atem
Anwendungen Breitschwert und Lanze
Gemeinsame Schlüsselbewegungen
Reeling Silk
Bafa/Anwendungen Tui-Shou
Singen und Tai-Chi
6 Laute/Bagua Chansigong
Silk Reeling vertikal/Körperstruktur

Maison du Peuple - rue de la Serre 68

Empfang
Singen und TaiChi

Morgenübungen / Qigong
Empfang und Informationen
Workshops: Tai-Chi / Qigong
Workshops Tai-Chi / Qigong
Mittagessen
Workshops: Tai-Chi / Qigong
Workshops: Tai-Chi / Qigong
Aperitif
Festessen spezial "10 Jahre"

Morgenübungen / Qigong
Workshops: Tai-Chi / Qigong
Ueberraschung und Ueben im Park
Mittagessen
Freies Tui-Shou / Qigong
Abschluss mit Tee und Kuchen

INFO : www.taichichuan-cornelia.com

ANMELDUNG

Name :

Adresse :

e-mail :

Ankunft : ☐ Freitag ☐ Samstag

Übernachtung ☐ ja ☐ nein

Bezahle CHF 200.- vor dem 30. September ☐

Bezahle CHF 250.- vor Ort ☐

Freitag : warmes Essen vor Ort CHF 10.- ☐ ja ☐ nein

Anmeldung : Association Tai-Chi Tcho
Cornelia Gruber-Bilgeri
Mont Cornu 13
CH - 2300 La Chaux-de-Fonds

Preis : CHF 200.- (200 Euros *) bezahlt vor dem 30. Sept 2019
oder CHF 250.- (250 Euros *) bezahlt vor Ort
(* zum Tageskurs)
Freitag: warme Mahlzeit vor Ort + CHF 10.- (10 Euros*)

Inbegriffen : Singen und Tai-Chi, 6 Workshops, 2 Mittagessen, 1 Festessen,
30 Gratisschlafplätze im Saal (mit deinem Schlafsack)
Detailliertes Programm auf www.taichichuan-cornelia.com

Ort : La Chaux-de-Fonds ist leicht erreichbar per Zug (jede Stunde)
von Zürich, Genf und Basel oder in ungefähr 2 Autostunden.
Hotels in allen Kategorien vor Ort www.neuchateltourisme.ch

Bezahlung : Banque Raiffeisen :

Association Tai-Chi Tcho
Mt.Cornu 13, 2300 La Chaux-de-Fonds
IBAN : CH52 8080 8009 9126 0522 3
SWIFT : RAIFCH 22XXX

CCP 23-3107-0 Banque Raiffeisen La Chaux-de-Fonds
oder per Check nominiert: Association Tai-Chi Tcho
oder per Kreditkarte auf der Homepage www.taichichuan-cornelia.com

Tai-Chi Tcho : "Maison du Peuple", 68, rue de la Serre

