

Neue wöchentliche Kurse

9. Sept. - 30. Nov. 2010

Einführungskurs Taijiquan + Qigong

donnerstags 17.00-18.15 Uhr
120,- EUR für den gesamten Kurs

Laufende Anfangskurse Taijiquan (= Tai Chi Chuan)

dienstags 9.00-10.15 Uhr
donnerstags 18.30-19.45 Uhr
40,- EUR /Monat (Aufnahmegebühr 30 €)
KEINE VORKENNTNISSE ERFORDERLICH
Einstieg jederzeit möglich. Probestunde möglich

Ruhe finden - Kraft schöpfen

Sa. 07. Aug. 2010

Übungen für den Alltag

Sa. 14.30-17.30 Uhr 40,- EUR
KEINE VORKENNTNISSE ERFORDERLICH

Wochenend-Seminare

03./04. Juli 2010

Taiji-Qigong 18 Übungen

Sa. 15.00-19.00 Uhr
So. 10.00-13.30 Uhr und 15.00-17.30 Uhr
100,-/110,-EUR (Mitglieder/Nicht-Mitglieder)
KEINE VORKENNTNISSE ERFORDERLICH
Für Wiederholer zum Auffrischen auch nur Sonntag
möglich (EUR 60,-/66,-)

10./11. Juli 2010

Taiji Schwert – Taijijian

Sa. 14.00-18.00 Uhr
So. 10.00-13.30 Uhr und 15.00-17.30 Uhr
100,-/110,-EUR (Mitglieder/Nicht-Mitglieder)
Voraussetzung: Kenntnis der Taiji Handform.

23./24. Okt. 2010

Taiji-Qigong 18 Übungen

Sa. 15.00-19.00 Uhr
So. 10.00-13.30 Uhr und 15.00-17.30 Uhr
100,-/110,-EUR (Mitglieder/Nicht-Mitglieder)
KEINE VORKENNTNISSE ERFORDERLICH
Für Wiederholer zum Auffrischen auch nur Sonntag
möglich (EUR 60,-/66,-)

weitere Seminare und Kurse auf Anfrage
oder auch unter www.yangstil-taiji.de



Yang Chengfu 德國陽澄浦大極拳中心

TAI CHI CHUAN
Center Germany - Berlin

Stille in der Bewegung suchen

(Yang Chengfu)

Sommer-Herbst

Juni-Oktober 2010

NEUE ADRESSE:
Nithackstr. 6
Nähe Charlottenburger Schloss

Anmeldung und Fragen bitte an:

YANG CHENGFU CENTER GERMANY BERLIN

Fon: 030-34787871

Fax: 030-36407017

E-Mail: kurse@yangstil-taiji.de

Homepage: www.yangstil-taiji.de

Diese Berliner Taijiquan-Schule (Leitung: Johannes Mergner) trägt als anerkannte Vertretung der Yangfamilie den Namen **YANG CHENGFU TAI CHI CHUAN CENTER GERMANY**. Ein weiteres YCF-Center befindet sich in Köln. Die Berliner Schule erhielt ihre Zertifizierung im Oktober 2005 von der **INTERNATIONAL YANG STYLE TAI CHI CHUAN ASSOCIATION**, gegründet von Yang Zhen duo und Yang Jun

Kurse / Seminare
für Fortgeschrittene und Anfänger

www.yangstil-taiji.de

Einführungskurse geben einen kleinen Überblick über das Tai Chi. Hier können Sie Ihre ersten Erfahrungen damit machen, und bei kontinuierlichem Üben vielleicht schon eine gesundheitsfördernde Wirkung spüren. Sie können hier in der Schule fast jederzeit mit dem Lernen beginnen – es gibt dafür weder eine Altersbegrenzung nach oben, noch muss eine körperliche Einschränkung zwingend ein Hinderungsgrund sein.

Fortlaufende Kurse in kleinen Gruppen ermöglichen ein kontinuierliches Weiterlernen in vertrauter Umgebung. Zusätzliche Trainingszeiten helfen das Gelernte zu üben, zu vertiefen und natürlich auch mit Gleichgesinnten gemeinsam zu praktizieren. Die aktuellen Kurs- und Trainingszeiten finden Sie auf der Website des YCF-Centers (www.yangstil-taiji.de)

Wochenendseminare konzentrieren sich auf ein Thema, dem wir uns intensiv ein Wochenende lang widmen. Bei einigen Seminaren (wie z.B. dem Taiji-Qigong) sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Beim **Taiji-Qigong 18 Übungen** handelt es sich um einen aus 18 Einzelübungen bestehenden Bewegungsablauf, der sich leicht erlernen und auch auf kleinem Raum praktizieren lässt. Er hat nicht nur eine das körperliche Wohlbefinden stabilisierende Funktion, er trägt auch dazu bei, bestimmte Grundlagen des Taijiquan einzuüben und zu verstehen. Dieses Taiji-Qigong gehört nicht zur übermittelten Tradition der Yangfamilie.

Probestunde nach Voranmeldung möglich.

Veranstaltungsort:

YangChengfu TaiChiChuan Center Germany-Berlin
Nithackstr. 6 (2.HH/1.Stock)

10585 Berlin-Charlottenburg (Nähe Schloss)

(U2 Bhf. Sophie-Charlotte-Platz / U7 Bhf. Richard-Wagner-Platz / Bus 109 und M45 Luisenplatz)

Johannes Mergner

Regisseur, Schauspieler, Lehrbeauftragter am Institut für Theaterwissenschaft der Freien Universität Berlin ist Leiter dieses YANG CHENGFU TAI CHI CHUAN CENTER. Taiji-Unterricht direkt bei der Yangfamilie: bei Großmeister Yang Zhen Duo (Hauptvertreter) und Meister Yang Jun (seinem Nachfolger) und weiteren Lehrern.

Das Traditionelle Taijiquan der Yangfamilie

Die Yangschule des Taijiquan (Tai Chi Chuan) geht ursprünglich auf den legendären Stilbegründer Yang Luchan zurück. Sein Enkel Yang Chengfu entwickelte den Stil weiter, die Bewegungen wurden größer und geöffneter und sind charakterisiert durch ständigen Fluss, die harmonische Verbindung von Körper und Geist und starke innere Intensität. Wie Yang Chengfu sagte, ist Taijiquan eine Kunst, in der die langsamen sanften Bewegungen eine große innere Kraft enthalten, wie eine Nadel eingehüllt in Baumwolle. Dieser von Yang Chengfu geprägte Stil, bestehend aus Hand-, Schwert-, Säbel-, Langstock- und Partnerformen, wird auch heute noch von der Yangfamilie praktiziert und unterrichtet.

Yang Jun

Linienhalter (5. Generation) der Yang-Familie

Großmeister Yang Jun, geboren 1968, ist der Enkel von Yang Zhenduo und als dessen Nachfolger jetziger Hauptvertreter des Yangstils. Von früher Kindheit an lebte und lernte er bei seinem Großvater und folgt wie dieser in seinen Bewegungen und Positionen präzise denen Yang Chengfus.

Seit 1982 reiste er zusammen mit seinem Großvater, wann immer dieser außerhalb Chinas unterrichtet hat und leitet nun selbst die weltweiten Seminare. 1998 gründete Yang Zhenduo die „International Yang Style (heute: Family) Tai Chi Chuan Association“, deren Präsident Yang Jun ist. Er wohnt seit 1999 mit seiner Familie in Seattle. Somit ist er das erste Mitglied der Yangfamilie, das außerhalb Chinas lebt.

Sein Taijiquan verbindet Weichheit mit Härte, exakte äußere Form mit tiefem inneren Verständnis und Zurückhaltung mit Ausdruck.

Meister Yang Jun war zuletzt im April 2009 für eine Woche in Berlin. Im Rahmen eines Internationalen Taiji Seminars unterrichtete er mit Unterstützung von einigen Leitern der europäischen Yang Chengfu Center die traditionelle Taiji-Handform, das Schwert und das Tuishou (Push Hands) der Yang Familie.

Kurse und Trainingszeiten

**Fortlaufende wöchentliche Kurse im YCF-Center:
Traditionelles Yangstil Taijiquan**

dienstags:

9.00-10.15

Handform 1./2. Teil

18.20-19.35

Handform 2./3. Teil

20.15-21.30

Handform für Fortgeschrittene

donnerstags:

18.20-19.35

Handform 1./2. Teil

20.15-21.30

Handform für Fortgeschrittene

**weitere Kurse und Trainingszeiten (auch für Qigong)
auf Anfrage oder auch unter
www.yangstil-taiji.de**

Korrektur-Kurzseminare

26. Juni 2010

Taijiquan – Handform (1. Teil)

03. Juli 2010

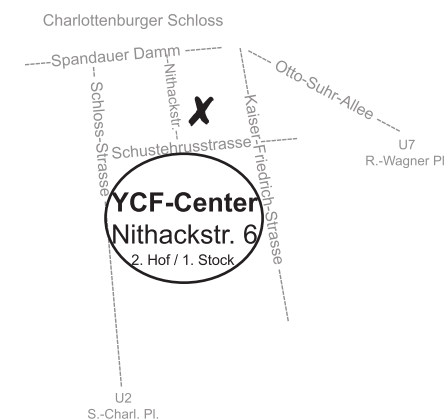
Taijiquan – Handform (2. Teil)

25. Sept. 2010

Taijiquan – Handform (3. Teil)

jeweils Sa. 10-13.30 Uhr

35,-/40,- EUR (Mitglieder/Nicht-Mitglieder)



Informationen über die **INTERNATIONAL YANG FAMILY TAI CHI CHUAN ASSOCIATION** und mehr erhalten Sie auf der Homepage der Yangfamilie:

www.yangfamilytaichi.com