

# Taiji/Qigongfahrt nach Alterode vom 27. bis 29. April 2012

Einsteiger und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen!

## Taiji und Qigong Angebote 2012

Jede/r Teilnehmer/in (kurz TN) kann sich aus den folgende Angeboten ihr/sein „Programm“ zusammenstellen. Das Programm (Kurse und Zeiten) erhalten Sie auf Anfrage.

1. **Einführung in „Das Spiel der Tiere“ von Hua Tuo (und andere) in abgewandelter Form**
2. **Die Regenbogenfächer - Form**
3. **Korrektur und Verfestigung der 24-iger Pekingform,**
4. **Korrektur und Verfestigung der 32-iger Taiiii- Schwertform**
5. **Korrektur und Verfestigung des „Qigong der Schildkröte“ aus den Wudangbergen**
6. **Taiji- Bailong Ball Einführung und neue Bewegungen für „Fortgeschrittene“**
7. **Ein Abend voller Lotusblüten / Chinesische Tuschemalerei**
8. **Für Frühaufsteher: Oigong - Gehen am Morsen**
9. **In der Freizeit: Spiel mit dem Taijiball, Freies Üben und und ...**

**Ort:** Das Kleine romantische Dorf **Alterode** in der Nähe von Aschersleben im Mansfelder Land

**Unterkunft:** **Evangelische Heimvolkshochschule Alterode** „Bildungshaus am Harz“,

Es gibt verschiedene Übernachtungs- und Beköstigungsmöglichkeiten: Die Preise für die Verpflegung und Unterkunft betragen pro Tag zwischen 37.- € im Gartenhaus DZ/ (WC und Dusche auf der Etage) bis zu 57.- € im Haupthaus/EZ (Dusche und WC).

Adresse: Einestraße 13, 06543 Alterode Tel.: 034742 -95030 Fax: 034742- 950311

e- mail: [heimvolkshochschule.alterode@t-online.de](mailto:heimvolkshochschule.alterode@t-online.de)

Internet: [www.heimvolkshochschule-alterode.de](http://www.heimvolkshochschule-alterode.de)

**Kosten:** Die Seminarkosten für das Wochenende betragen **80,-€.**

**Anreise:** **Eigene Anreise** im PKW (es bieten sich hier Fahrgemeinschaften an) oder per Zug bis Aschersleben. Von dort aus ein Taxi nehmen mit Bustarif zur Heimvolkshochschule.

**Anreisetag:** **Freitag; 27. April.** Wir können ab 11 Uhr die Zimmer beziehen. Da wir aus verschiedenen Gegenden kommen beginnen wir das Wochenende mit einem gemeinsamen Mittagessen.

**Abreisetag:** **Sonntag; 29. April.** Abfahrt nach dem letzten gemeinsamen Mittagessen gegen 13 Uhr.

### Anmeldeformalitäten:

1. Schriftliche Anmeldung (Anmeldeformular bitte erfragen) für das Seminar an die Seminarleitung verbunden mit der Überweisung von 20.- €.
2. Bestätigung der Anmeldung durch Seminarleitung.
3. Selbständige Buchung der gewünschten Unterkunft in Alterode, Adresse/Tel./E-Mail siehe oben.
4. Stornierungsbedingungen das Seminar betreffend: Bei Stornierungen bis 21 Tage vor Veranstaltungsbeginn beträgt die Bearbeitungsgebühr 20.- €. Ein Ersatzteilnehmer/inkann natürlich auch einspringen. Bei Absagen, die weniger als 7 Tage vor Seminarbeginn getätigt werden, zahlt der Teilnehmer den vollen Seminarpreis.

Interessierte TN können sich bei entsprechender Voranmeldung mit einer Teil/Ganzkörpermassage verwöhnen lassen. Bezahlung bei der Heilpraktikerin S. Pürschel vor Ort.

**Rückfragen: Sibylle Baldzuhn**

[info@gongbu.de](mailto:info@gongbu.de)

**Anmeldung: Renate Sauer** (Seminarleitung)

[info@taiji-qigong-tipps.de](mailto:info@taiji-qigong-tipps.de)

*Wir freuen uns auf neue und bekannte Gesichter Sibylle, Reinhold, Thomas und Renate.*