

Tuīshǒu 推手



mit Shaolin Mönch Meister Shi Yan Bing
und Stephan Indermühle



Shi Yan Bing ist Shaolin Mönch der 34. Generation. Er wurde in der Provinz Henan in Nordchina geboren und trat im Alter von 8 Jahren in das Shaolin Kloster ein. 2016 eröffnete er in Frankfurt am Main seine Shaolin Kung Fu-Schule und das Shaolin Kulturzentrum.



Stephan Indermühle lebt in Dielsdorf, im Kanton Zürich in der Schweiz. Er ist Wudang-Sanfeng Taiji Quan-Lehrer nach Meister Zhong XueYong. Regelmäßig besucht er seinen Lehrer in den Wudang-Bergen in der Provinz Hubei.

am
09.-10.10.2024
im
Bürgerhaus Vollnkirchen
Kohlgrasse/Wertshäuser Straße
35625 Hüttenberg-Vollnkirchen

Kurskosten inkl. Kursunterlagen: 270 Euro



Informationen und Anmeldung

vi-te-un - Privatpraxis Dr. med. Georg Forster
Tulpenweg 49
D-35578 Wetzlar

Telefon: +49 (64 41) 4 45 35 66
Fax: +49 (64 41) 4 45 35 67
Mobil: +49 (1 51) 525 10 910
E-Mail: info@viteun.de
Internet: www.viteun.de



Tuīshǒu - die „Schiebenden Hände“, ist eine der Grundlagen des Taiji Quan. Bei dieser Partnerübung stehen sich beide gegenüber und haben an den Armen und Händen Kontakt. In einer fortlaufenden Bewegung, wird Druck auf die Arme des Partners ausgeübt. Dieser versucht, dem Druck nachzugeben und auszugleichen, um anschließend selbst Druck auszuüben. Ziel ist, die Wahrnehmung und einen festen Stand zu trainieren.

Meister Shi Yan Bing, leitet vormittags den überwiegend praktischen Unterricht, gemäß der Tradition des Shaolin Tempels.

Stephan Indermühle übernimmt nachmittags die Theorie und schult die Grundlagen, wie diese im Wudang Shan vermittelt werden.

In den Pausen werden Fragen der Teilnehmer beantwortet. In dieser Zeit stehen zur Kräftigung chinesischer Tee und Knabbereien zur freien Verfügung.

Dieser Kurs ist für Einsteiger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.