

WER

Voraussetzungen

Abgeschlossene Ausbildung
zum Kursleiter nach
den DDQT Richtlinien,
dies beinhaltet :

Kenntnis der langen Yang Form

mindestens 3 Jahre Übungspraxis

bzw. 250 Übungsstunden



WIE

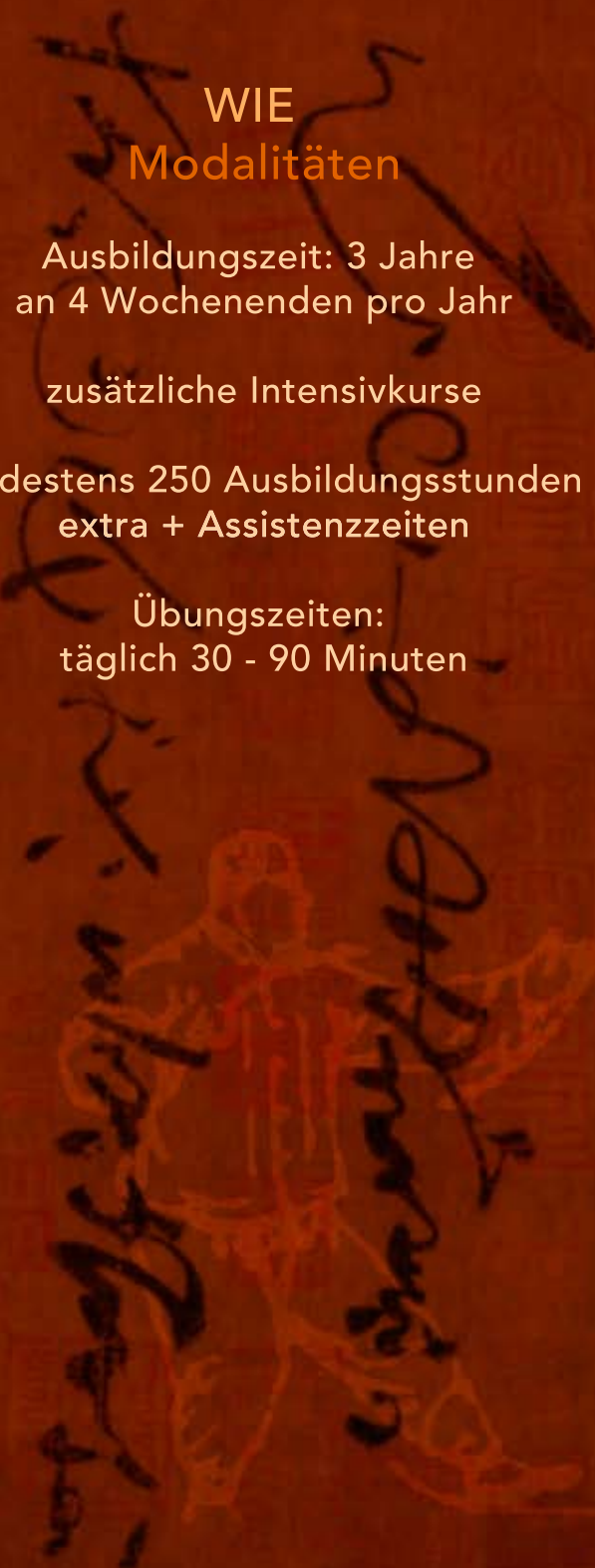
Modalitäten

Ausbildungszeit: 3 Jahre
an 4 Wochenenden pro Jahr

zusätzliche Intensivkurse

mindestens 250 Ausbildungsstunden
extra + Assistenzzeiten

Übungszeiten:
täglich 30 - 90 Minuten



WAS

Ausbildungsinhalte

Tai Chi Form incl. Vertiefungsstufen

Taoistische Übungen

Qi Gong

Meditation

Inneres Wissen

Meridiankunde, 5 Wandlungsphasen

Grundlagen der chinesischen Medizin

Ernährungslehre

Push hands, Partnerformen

Idogo

grundlegende Aspekte
der Haltungs-
Bewegungs- und Atemprinzipien

Didaktik, Methodik, Pädagogik

Theoretische Grundlagen
chinesischer Philosophie

