

**CHINBEKU E.V.**



Wissenschaftliche Akademie  
für chinesische Bewegungskunst  
und Lebenskultur

## **ZEUGNIS**

**Herr Sebastian Nippold**

wird hiermit

**die Ausbildung zum/r Lehrer/in  
für Taiji (Taijiquan, Taiji-Schwert und Taiji-Tuishou)**

bescheinigt.

Die Ausbildung wurde erfolgreich abgeschlossen.

Köln, den 29.01.2007

Philosophisches Seminar  
der Deutschen Sporthochschule Köln  
Carl-Diem-Weg 6/Hauptgeb. 4.OG  
50933 Köln

Dr. Gerd Helmer  
Philosophisches Seminar  
Deutsche Sporthochschule Köln

CHINBEKU E.V.  
WISSENSCHAFTL. AKADEMIE  
FÜR CHINESISCHE BEWEGUNGS-  
KUNST UND LEBENSKULTUR

Univ. Dozent Wenhan Zhu

Ausbildungsleitung ChinBeKu e.V.  
Sporthochschule Nanjing in China

# Ausbildungsschwerpunkte und Unterrichtsstunden

Inhalte	Unterrichtsstunden
<b>Theorie</b>	<b>128</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Einführung in das Taijiquan<ul style="list-style-type: none"><li>Geschichte des Taijiquan</li><li>Stile des Taijiquan</li></ul></li><li>• Philosophische Grundlagen des Taijiquan<ul style="list-style-type: none"><li>Yin-Yang</li><li>Fünf Elemente</li><li>Acht Trigramme</li></ul></li><li>• Wissenschaftliche Grundlagen des Taijiquan<ul style="list-style-type: none"><li>Traditionelle chinesische medizinische Grundlagen</li><li>Bewegungswissenschaftliche Grundlagen</li></ul></li><li>• Bewegungsprinzipien des Taijiquan</li><li>• Gesundheitsförderung des Taijiquan</li><li>• Lehrmethodik des Taijiquan<ul style="list-style-type: none"><li>Lehr- und -Trainingsmethode des Taijiquan</li><li>Selbststudium des Taijiquan</li></ul></li><li>• Bewegungsanalyse des Taijiquan</li></ul>	
<b>Praxis</b>	<b>192</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Die 37 Grundbewegungen des Yang-Stil Taijiquan</li><li>• Die 24 Formen des Taijiquan</li><li>• Die 32 Formen des Taiji-Schwert</li><li>• Die 48 Formen des Taijiquan</li><li>• Taiji-Tuishou</li></ul>	
<b>Insgesamt</b>	<b>320</b>