

Wushu und Qi Gong



im Kunsthaus Wäldchen

Der Lehrgang bietet:

8. bis 10. Mai

*Freitag 16.00 bis Sonntag
14.00 Uhr*

- Ästhetische Bewegungsfolgen (Formen), die alleine oder in Gruppen geübt werden können.
- Übungen mit Partnerin oder Partner (fließende Hände)
- Übungen mit Waffen (Schwert/Stock)
- Auf diesem Lehrgang wird Einsteigern ohne Vorerfahrung die Möglichkeit gegeben die verschiedenen Formen des Wushu und Qi Gong kennen zu lernen.
- Für Fortgeschrittene wird vertiefend und vor allem durch die Kompaktheit über mehrere Tage die Möglichkeit einer intensiveren Erfahrung, als im regelmäßigen Training möglich ist, gegeben.



mit Sebastian Nippold

Ausbilder und Lehrer für Wushu und Qi Gong. Leitet seit 2012 mehrmals pro Jahr Lehrgänge für Einsteiger und Fortgeschrittene. Intention seines Unterrichts: die Steigerung der Lebensqualität durch das Kultivieren des Energieflusses im eigenen Körper.

Weitere
Informationen



Gerne informieren wir Sie ausführlich, telefonisch oder postalisch:

02292 - 954 89 84 | info@skk-windeck.de | www.skk-nippes.de | https://twitter.com/SKK_Nippes