



Tai Chi in Theorie und Praxis

Erklärungen und Erfahrungen mit chinesischer Bewegungskunst

Immer mehr Menschen entdecken Tai Chi Chuan (oder Taijiquan in der modernen Umschrift) für sich.

Der Nutzen und die gute Umsetzbarkeit in eigene Tagesabläufe sind Gegenstand der Aufklärungsarbeit von Jan Leminsky, dem Gründer und Inhaber der Wu Wei Schule und Akademie.

Interessierte können sich in der Hamburger City am Donnerstag, den 09. Februar 2012 im Body-Focus in Hamburgs Zentrum (Am Gänsemarkt 33 - 1. OG) um 17:45 Uhr von dem Ausbilder und Experten über Tai Chi informieren lassen.

"Eine Erfahrung ist besser als viele Erklärungen." Erklärt Jan Leminsky das Konzept seines Aktivvortrages, der nicht einfach nur Bewegungen und deren Wirkung erläutert, sondern auch sofort zum Mitmachen einlädt.

Das City-Konzept sieht vor, dass in normaler Kleidung geübt wird. Jeweils Mittwoch morgens - vor der Arbeit - gibt es eine regelmäßige Gruppe im Body-Focus.

Etwas theoretischer läuft es am 16. März 2012 um 17:30 Uhr in der Teestube der Wu Wei Schule für Tai Chi und QiGong in Hamburg Othmarschen ab. Über die Herkunft von Tai Chi Chuan und deren verschiedene Ausprägungen in der Kampfkunst, Meditation und Medizin informiert an diesem Abend ebenfalls Jan Leminsky.

Wer es aber nicht erwarten kann vorab einen Eindruck von Tai Chi und auch QiGong zu erhalten, kann am Samstag, 18. Februar 2012 beim Tag der offenen Tür von 14:00 bis 17:00 Uhr in der Wu Wei - Reventlowstraße 35 in Hamburg - Othmarschen hereinschauen und bei Shows und in den Pausen mit den Schülern und Lehrern sprechen.

Weiterführende Informationen sind auf der Website <http://www.wuwei-hamburg.de> zu finden oder unter der Rufnummer 040-855 00 158 werktags zwischen 09:00 und 18:00 Uhr zu erhalten.

Pressekontakt

Wu Wei Schule für Tai Chi und Qi Gong

Herr Jan Leminsky
Reventlowstr. 35
22605 Hamburg

wuweiweb.eu
j.leminsky@wuweiweb.org

Firmenkontakt

Wu Wei Schule für Tai Chi und Qi Gong

Herr Jan Leminsky
Reventlowstr. 35
22605 Hamburg

wuweiweb.eu
j.leminsky@wuweiweb.org

Die Wu Wei Schule in Bergedorf bietet regelmäßigen Unterricht in Tai Chi und Qi Gong an. Seminare aus den gleichen Bereichen bieten einen guten Einstieg. Die Schule gehört zum Wu Wei Verbund, der für eine hohe Qualität in den Bewegungskünsten steht.

Anlage: Bild

