

# TAIJI ANFÄNGER- UND INTENSIVKURS

## 19er Form und Basisübungen

mit Christof Wetzel



- Inhalt** Erlernen des Ablaufs der 19er Form (Chen Stil)  
Basisübungen Stehende Säule und Seidenfaden-Übungen  
Theorie Chen Taiji
- Für wen** Einstieg für Anfänger\*innen ins reguläre Taiji Training oder individuelle Vertiefung der 19er Form für Fortgeschrittene
- Wann** 4 Samstage jeweils von 13:00-17:00 Uhr / 15.11. & 06.12.2025 sowie 17.01. & 21.02.2026
- Wo** SANSONG Taijichen & Qigong Olten, Jurastrasse 17, 4600 Olten
- Anmeldung** Per E-Mail an [christof.wetzel@live.com](mailto:christof.wetzel@live.com)  
→ Anmeldefrist: 7. November 2025 (auch einzelne Kurstage möglich)
- Kosten** CHF 320.- resp. SANSONG Vereinsmitglieder 280 CHF (für alle 4 Kurstage)
- Weitere Infos zum Kurs, unserem Verein und den regulären Trainings findet ihr hier →

