

Chen Taijiquan

Trainings- und Austauschtreffen

26. Januar 2020 in Neuchâtel

Zum 3. CWTACH Trainings- und Austauschtreffen lädt der Verband CHEN XIAOWANG WORLD TAIJQUAN ASSOCIATION SWITZERLAND alle Taiji-Interessierten an den Neuenburgersee ein. Dieser Tag bietet die Möglichkeit, unter der fachkundigen Leitung von durch GM Chen Xiaowang zertifizierten LehrerInnen intensiv Chen Taijiquan zu trainieren, sich mit Gleichgesinnten auszutauschen, Fragen zu stellen und Korrekturen zu erhalten. Alle Lektionen stehen allen InteressentInnen mit und ohne Taijiquan Erfahrung offen.

Wir freuen uns auf ein gegenseitig bereicherndes Treffen!

Tagesprogramm

«Die acht Basiskräfte und die fünf Bewegungsrichtungen» mit Barbara Lee Gehring und Jaewoo Lee

9.30 – 12.30 Uhr

Chen Bings Basisform (Jiben Shi San Shi) schlägt eine Brücke zwischen den traditionellen Formen und den acht Basiskräften (Bafa) und fünf Bewegungsrichtungen, die es gibt im Chen Stil Taiji.

In diesem Seminar geht es nicht darum, diese Form zu erlernen, sondern sie als Hilfsmittel zu gebrauchen, damit wir diese Kräfte (Jin) besser verstehen und erfahren können. Wir widmen uns den ersten vier dieser Kräfte (Peng, Lü, Ji, An), wobei Peng Jin im Zentrum steht. Wir üben alleine, mit PartnerInnen in freundschaftlicher und anwendungsbezogener Weise.

12.30 – 14.30 Uhr Mittagspause

«Das Reeling Silk in der Säbelform» mit Roberta Weiss Mariani und Regula Stehli Schär

14.30 – 17.30 Uhr

Die Säbelform ist mit 19 Elementen die kürzeste Waffenform des Chen-Stil. Sie ist schnell gelernt und das Praktizieren macht mit den vielen dynamischen Elementen Spass.

Mit der Verbindung zur Basic des Taijiquan, zum Reeling Silk, wollen wir den mit innerer Explosivkraft ausgeführten Fajin-Bewegungen von Beginn weg mehr Tiefe vermitteln. Diese Vorgehensweise sowie auch das teilweise langsame Praktizieren der einzelnen Elemente soll zu mehr Kontrolle und zu mehr Ausgeglichenheit führen.



Anmeldung und Informationen

Renata Mäusli, 079 238 12 72
www.cwtach.ch

Anmeldefrist bis am 17. Januar 2020



CWTACH Verband
Jurastrasse 17
4600 Olten
062 926 41 00
www.cwtach.ch

Die Unterrichtenden

Barbara Lee Gehring (BE) – www.chentaiji.ch
2007 besuchte ich den ersten Workshop bei Chen Xiaowang. Chen Taiji war Liebe auf den ersten Blick. Neben dem täglichen Selbsttraining, übte ich so viel wie möglich bei Cate Wallis, Jan Silberstorff, Chen Yingjun und natürlich weiterhin beim Grossmeister. Der Wunsch nach noch intensiverem Training war aber so gross, dass ich daraufhin ein Jahr lang an Chen Bings Schule in Chenjiagou lebte. Seit 2014 bin ich seine Meisterschülerin und unterrichte Taiji in Bern.

Jaewoo Lee (BE) – www.chentaiji.ch
Das Taiji ist für mich aus meinem Leben nicht mehr wegzudenken, seit ich vor 20 Jahren angefangen habe es zu praktizieren. Ich denke es war Schicksal, dass ich Chen Bing getroffen habe, genau dann, als ich diesen Weg begonnen habe. Nach zwei Jahren intensivem Training in Chenjiagou, bis heute kann|will ich nicht aufhören mit dem Training. Ich habe das grosse Glück, dass Taiji zu meiner Arbeit wurde. Ich denke, dass Taiji eines der grossen wertvollen Geschenke Chinas an die Welt ist und hoffe, dass viele Menschen von seinen verschiedenen Aspekten profitieren können, sei es für die Gesundheit, als Meditation oder als Kampfkunst.

Roberta Weiss-Mariani (ZH) – www.taiji-to-go.ch
Meine Taijiquan-Reise begann 1997 mit dem Yang-Stil und der entsprechenden Zertifizierung. Bald verlagerte ich meinen Taiji-Fokus vermehrt auf den Chen-Stil, erfuhr durch diesen eine neue Tiefe im Training und Kraft im Alltag. Diese Erfahrung wollte ich gern teilen und weitergeben und liess mich entsprechend (2013) von Chen Xiaowang zertifizieren. Inzwischen ist das Taijiquan zu meinem unverzichtbaren Begleiter durch den Alltag und auf Reisen geworden.

Regula Stehli-Schär (SO) – www.sansong.ch
Seit 1991 setzt sich Regula Stehli-Schär mit ihrem Shifu, Grossmeister Chen Xiaowang, mit dem Taijiquan der Familie Chen auseinander. 1991 erhielt sie von ihm die Erlaubnis zum Unterrichten und seit 2006 ist sie auch seine Meisterschülerin. Regula unterrichtet schweizweit und hat in Olten ihre eigene Schule für Chen Taiji und Qigong.

Mitbringen

Trainingskleidung und Hallenturnschuhe, Getränke und Snacks (Äpfel werden offeriert).

Anreise

Mit dem Zug

Direkte Zugverbindungen von Genf, Zürich und Bern. Vom Bahnhof «Gare de Neuchâtel» bist Du zu Fuss in 15 Minuten im «Collège de la Promenade» oder mit dem Bus Nr. 106/107 oder 109 bis Haltestelle «Neuchâtel, St-Honoré».

Mit dem Auto

Von Bern/Biel/Zürich: Du nimmst die Ausfahrt «Neuchâtel – Centre / Maladière» und fährst dann noch ca. 5 Minuten bis ins Zentrum. Entweder parkierst Du Dein Auto in der blauen Zone oder im «Parking du Port»

Trainingslokal: Collège de la Promenade, salle Sud-Est, Place du Port 4, 2000 Neuchâtel



Preise

Für Mitglieder des CWTACH-Verbandes ist die Teilnahme an den Fortbildungsmodulen kostenfrei.

Für andere Interessierte:

halber Tag CHF 40.–

ganzer Tag CHF 70.–



Anmeldung und Informationen

Renata Mäusli, 079 238 12 72

www.cwtach.ch

Anmeldefrist bis am 17. Januar 2020



CWTACH Verband

Jurastrasse 17

4600 Olten

062 926 41 00

www.cwtach.ch