



CHENXIAOWANG
World Taijiquan
Association
Switzerland

Reglement für die Vorprüfung A Standing, Reeling silk / 19er Form

Allgemeines

Das Bestehen der Vorprüfung berechtigt zur Teilnahme an der Zertifizierung durch Grossmeister Chen Xiaowang.

Die Vorprüfungen erfolgen in der Regel zweimal jährlich. Die entsprechenden Daten und Anmeldefristen werden auf der Website des Verbandes (www.cwtach.ch) mindestens zwei Monate vor den Prüfungsterminen publiziert.

Die Teilnehmenden melden sich fristgerecht mit dem offiziellen Anmeldeformular **A** an (per Email oder per Post).

Die Anmeldung wird von der CWTACH schriftlich bestätigt.

Die erste Prüfung beinhaltet Standing / Reeling silk und/oder 19er Form.

Nach bestandener ersten Prüfung können die Teilnehmenden die Formen, in denen sie geprüft werden wollen, frei wählen.

Die Prüfungsgebühren sind vor Ort in bar zu bezahlen.

Prüfungsbesprechung

Nach Absprache der Prüfungsexperten erhält die geprüfte Person eine Beurteilung für die Zulassung zur Zertifizierung durch Grossmeister Chen Xiaowang.

1

Prüfungsexperten

Technische Kommission CWTACH

Anmeldung einsenden an :

info@cwtach.ch oder CWTACH, office, Jurastr. 17, 4600 Olten

Bitte Anmeldeformular **A** als PDF herunterladen: www.cwtach.ch

Anforderungen für die Prüfungen Standing / Reeling silk und 19er Form

siehe Seite 2



CHENXIAOWANG
World Taijiquan
Association
Switzerland

Die zu prüfenden Formen der Vorprüfung :

1. Standing - Stehende Säule

Standing erfolgt in der Gruppe. Nach ca 15 Minuten sollen die Kandidaten und Kandidatinnen ein ruhiges, vertieftes Stehen erreicht haben.

2. Reeling silk - Seidenübungen

Reeling silk erfolgt in der Gruppe. Der Ablauf enthält alle Reeling silk-Formen nach Grossmeister Chen Xiaowang.* Die Person beachtet folgende sechs Prinzipien : Körperposition, Körperichtung, Gewicht, Gewichtswechsel, Handrichtung und Handposition. Das Tempo im Reeling silk ist individuell.

*Einhändige Seidenübungen:

1.	zhen mian can si you	frontale Seidenübung rechts
2.	zhen mian can si zuo	frontale Seidenübung links
3.	chuan zhang can si you	Seidenübung der bohrenden Hand rechts
4.	chuan zhang can si zuo	Seidenübung der bohrenden Hand links
5.	ce mian can si you	seitliche Seidenübung rechts
6.	ce mian can si zuo	seitliche Seidenübung links
7.	heng kai bu you	seitlicher Schritt rechts
8.	heng kai bu zuo	seitlicher Schritt links

*Zweihändige Seidenübungen:

2

9.	shuang shou can si you	zweihändige Seidenübung rechts an Ort
10.	qian jin bu you	zweihändige Seidenübung Vorwärtsschritt rechts
11.	hou tui bu you	Rückwärtsschritt rechts
12.	shuang shou can si zuo	zweihändige Seidenübung links an Ort
13.	qian jin bu zuo	zweihändige Seidenübung Vorwärtsschritt links
14.	hou tui bu zuo	Rückwärtsschritt links

*Kleine Seidenübungen einhändig und zweihändig:

15.	dan shou xiao can si you	einhändige kleine Seidenübung rechts vorw./rückw.
16.	dan shou xiao can si zuo	einhändige kleine Seidenübung links vorw./rückw.
17.	shuang shou xiao can si	Zweihändige kleine Seidenübung vorw./rückw.

*Seidenübungen mit den Beinen

18.	tui bu can si you	Seidenübung mit dem Bein rechts ausw./einw.
19.	tui bu can si zuo	Seidenübung mit dem Bein links ausw./einw.

3. 19er Form

Die Form wird individuell gezeigt.
Das Zählen der einzelnen Formsequenzen soll klar sein.