



# Taichi im Yangstil - Lange Form

Wir unterrichten die von Altmeister Yang Cheng Fu (1883 - 1936) in seinen späten Lebensjahren festgelegte Bewegungsfolge - in China die Standardform des Yangstils. Besonderes Merkmal des Yangstils ist das gleichmäßig fließende langsame Bewegungstempo mit weichen Übergängen von einer Bewegung in die andere. Von 2002 bis 2015 wurden wir von der chinesischen Kampfkunstmeisterin Guyin Jian aus Guangzhou im Yangstil ausgebildet.

Angesichts des Umfangs dieser Form üben wir in einem Anfängerkurs maximal eine Hälfte der Form. Nach zwei bis drei Anfängerkursen ist die gesamte Form detailliert erarbeitet.

Im Vertiefungskurs wird in jeder Stunde die gesamte Form zweimal praktiziert und Teile der Form werden regelmäßig in gespiegelter Weise geübt.

Trainingsziel ist die Fähigkeit, die gesamte Form ohne Trainingsanweisung ausführen zu können.

Kursleitung	Annette Maul, Kampfkunstlehrerin
Trainingszeiten	Mittwoch, 18:00 - 19:10 (Anfängerkurs) oder 19:30 - 20:40 (Vertiefungskurs)
Kurstermine	22.02.2023, 01.03.2023, 08.03.2023, 15.03.2023, 22.03.2023, 29.03.2023, 05.04.2023, 12.04.2023, 19.04.2023, 26.04.2023, 03.05.2023, 10.05.2023.
Kursbeitrag	100 € Kursbeitrag für 12 Termine je 70 Minuten
Anmeldung	Nur mittels Email an <a href="mailto:info@zanchin.de">info@zanchin.de</a> unter Angabe von Name, Familienname, Geburtsdatum, Telefonnummer und Postadresse. Sie erhalten danach weitere Infos. Mit der rechtzeitigen Überweisung des Kursbeitrags akzeptieren Sie die Kursbedingungen.
Rücktritt	Rücktritt von der Kursteilnahme ist bis spätestens 28.02.2023 per Email möglich. Es werden 90 € zurück erstattet.
Ausfall	Trainingsausfall aufgrund Hallenschließung oder Verhinderung der Trainingsleitung wird nachgeholt. Für nicht besuchte Stunden werden keine Kosten erstattet.
Versicherung	Alle Kursmitglieder sind über die ARAG Sportversicherung versichert.
Mitbringen	Hallenschuhe mit möglichst dünnen Sohlen, bequeme Freizeitkleidung.
Halle	Schulgymnastikhalle im Altbau der Dr.-Theo-Schöller-Schule Schnieglinger Straße 38, 90419 Nürnberg.
Veranstalter	Nach erfolgter Anmeldung wird die genaue Wegbeschreibung per Email übermittelt. ZANCHIN Kampfkunst e.V. <a href="http://www.zanchin.de">www.zanchin.de</a> <a href="mailto:info@zanchin.de">info@zanchin.de</a> 0911-2878 222

