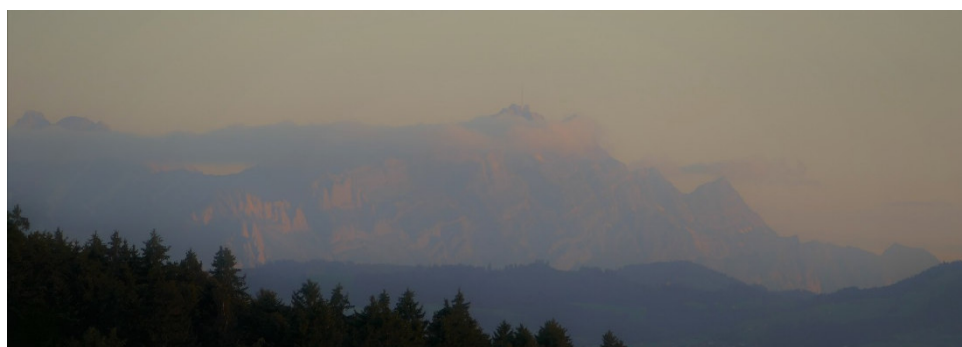




## Ferienkurs in Achberg 14. – 20. August 2021



*Das Tagungshaus hat einen herrlichen Blick über den Bodensee bis zu den Alpen.  
Eine wunderbare Umgebung, um mit Qi Gong und Tai Chi Energie zu tanken und sich zu erholen.*

*Ba Gua - Qi Gong - Tai Chi Yang Familienstil  
Feuer und Wasser im Ba Gua Zhang  
Gemeinsames Abendprogramm: daoistische Meditation*

### *Tai Chi Yang Familienstil*

*Tai Chi Yang Familienstil  
Yang Ma Lee ist Ururenkelin des  
Begründers des Tai Chi Yang Stils. Sie  
unterrichtet den Stil in einer  
personenbezogenen und ursprünglichen  
Art und Weise. Die Bewegungen der  
Form entsprechen den natürlichen  
Impulsen der körperlichen und energetischen Struktur des Menschen. Es ist eine lebendige Form, die das  
Wissen von Generationen in sich trägt.*



*Ein Kurs für Teilnehmer mit Kenntnissen des Tai Chi Yang-Stils.*

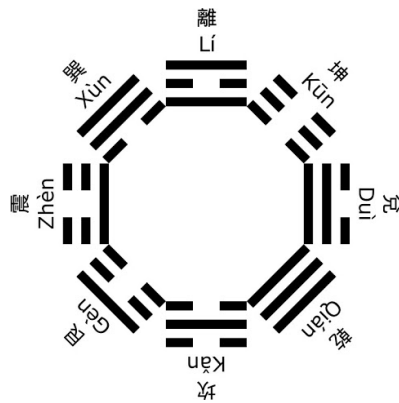


## Neue Übungen aus dem Ba Gua - Qi Gong

ideal für Anfänger und Fortgeschrittene

Durch die Harmonisierung der Energien im Menschen aktivieren wir in uns die Natur, jung, gesund und stark zu leben. Weiterhin lernen wir uns von negativen Energien zu befreien und positive Energien durch Veränderungen im Leben zu fördern.

## Feuer und Wasser im Ba Gua Zhang



**Feuer** ☲ im Trigramm des Ba Gua, ist es innen leer und sucht seine Nahrung außen, so ist seine Energie nach außen orientiert, haftend und zügelnd. **Wasser** ☵ ist außen weich und entfaltet seine Urgewalt im Inneren das zeigt der starke Strich in seiner Mitte.

Diese beiden Kräfte wollen wir in seiner Vielfalt in den Übungen des Ba Gua Zhang und der Meditation kennen- und erspüren lernen.

Es ist ein Kurs, in dem auch Anfänger einen Einstieg finden in die faszinierende Welt des Wandels von Yin und Yang, dem Ba Gua.

Im Ba Gua Qi Gong vermittele ich das Laufen, das Aufrichten der Wirbelsäule und das Öffnen und Verbinden der Organe für eine richtige Haltung.

Im Feuer und Wasser Ba Gua unterrichte ich je nach Wissensstand die Basisübungen für die Energien und auf Wunsch für Fortgeschrittene die jeweils 8 Handwechsel aus dem I Ging von Feuer und Wasser.

Den meditativen Aspekt am Abend für Alle.

### Moritz Dornauf

ist qualifizierter Tai Chi und Qi Gong Lehrer.

Seit 1981 leitet er seine eigene Schule in Darmstadt



## Stundenplan: Ferienkurs Achberg 14. – 20. August 2021

	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr
09:00	Anreise	BG-QG	BG-QG	BG-QG	BG-QG	BG-QG	BG-QG
10:00		TC	TC	TC	TC	TC	TC
11:00		TC	TC	TC	BG-F+W	TC	BG-F+W
17:00	BG-QG	BG-F+W	BG-F+W	BG-F+W	FREI	BG-F+W	Abreise
18:00	BG-QG	BG-QG	BG-QG	BG-QG		BG-QG	
20:00	Meditation	Meditation	Meditation	Meditation		Meditation	

### Kursgebühr / Anmeldung, möglichst bis 10. April 2021

\*Bei Anmeldung bis zum 10. April 2021 (Poststempel):

Kurs A:	Ba Gua Qi Gong	170.- €* / 200.- €	Abendkurs, gratis für Alle!
Kurs B:	Ba Gua Qi Gong / Tai Chi	290,- €* / 330.- €	
Kurs C:	Ba Gua Qi Gong / Feuer + Wasser	250.- €* / 290.- €	

Alle Kurse: 390,- €\* / 420.- €

\*Es besteht die Möglichkeit einer Seminar-Versicherung:

<https://www.taichi-darmstadt.de/kontakt/#seminar-versicherung>

Kurse bitte mit speziellem Anmeldeformular anmelden. Moritz Dornauf: Sparkasse Darmstadt  
IBAN: DE39 5085 0150 0118 0026 60

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:  
Moritz Dornauf, 0162 – 49 73 106, [www.taichi-darmstadt.de](http://www.taichi-darmstadt.de), [taichidarmstadt@aol.com](mailto:taichidarmstadt@aol.com)

### Unterkunft und Verpflegung

Die Bezahlung ist direkt an das Tagungshaus zu entrichten!  
Bitte gebt vor Eurer Anreise an, ob Ihr vegetarische Kost wünscht!

Humboldt Haus Panoramastr.30

D-88147 Achberg [www.humboldt-haus.de](http://www.humboldt-haus.de)  
Tel. 0 83 80 - 335 [info@humboldt-haus.de](mailto:info@humboldt-haus.de)

Zimmer mit Vollpension:  
Einzelzimmer 91,- / 96,-  
Großes Doppelzimmer 79,-  
Kleines Doppelzimmer 73,-  
mit Einzelbetten  
Kleines Doppelzimmer 78,-  
mit franz. Bett  
Zelten 49,-  
Wohnmobil 55,-

Eine genaue Beschreibung der Zimmer findet Ihr unter: [https://humboldt-haus.de/?page\\_id=3247](https://humboldt-haus.de/?page_id=3247)

#### Anmeldung

**Ferienkurs Achberg 14.-20.August2021**

**Antwort an: Moritz Dornauf - Ringstr. 107 - 64297 Darmstadt**

*Ich melde mich verbindlich an (bitte ankreuzen)*

<input type="checkbox"/>	Kurs A	Name, Vorname .....
<input type="checkbox"/>	Kurs B	
<i>Unterkunft/Verpflegung</i>		Straße .....
<input type="checkbox"/>	Einzelzimmer	PLZ / Ort .....
<input type="checkbox"/>	großes Zweibettzimmer	Telefon .....
<input type="checkbox"/>	kleines Zweibettzimmer	E-Mail .....
<input type="checkbox"/>	Zelt	
<input type="checkbox"/>	Essen am Abreisetag	
<input type="checkbox"/>	vegetarisches Essen	

*Haftung: Die Teilnahme besteht auf eigene Gefahr. Die Veranstalter und Referenten übernehmen keine Haftung. Bei Bedenken bespreche ich mich mit meinem Arzt ab. Kursgebühren werden bis 10.04.2021 auf obenstehendes Konto überwiesen. Bei Rücktritt bis 4 Wochen vor Kursbeginn wird der Kursbeitrag erstattet. Eine spätere Abmeldung ist nur bei Stellung eines Ersatzteilnehmers möglich.*

*Hiermit erkläre ich mein Einverständnis mit obenstehenden Vertragsverbindungen.*

.....Datum / Unterschrift.....