

Frank Allen und Tina Zhang



18.-23.April 2023 in Darmstadt und Heidelberg

Tina Zhang - Tai Chi Wu Style, Ba Gua and Qi Gong:

*Frühbucherpreis bei Anmeldung bis 19.03.2023

Mittwoch	18:30 – 21:00	ENHANCEMENT TAI CHI WU-STYLE	55.-*/65.-€
Donnerstag	18:30 – 21:00	CHENG STYLE BA GUA ZHANG	55.-*/65.-€
Freitag	16:00 – 18:00	NEI GONG / QI GONG - SEVEN STARS	55.-*/65.-€
Samstag	10:00 - 17:30	QI GONG FOR WOMAN AND BA GUA ENERGY CIRCLE WALKING	110.-*/130.-€
Sonntag	10:00 –16:30	CHINES TAI CHI SWORD APPLICATIONS ALL STYLES	110.-*/130.-€

Frank Allen - Ba Gua Zhang Tai Chi and Xing I Quan:

*Frühbucherpreis bei Anmeldung bis 19.03.2023

Mittwoch	18:30 – 21:00	8 STRATEGIES OF BA GUA ZHANG	55.-*/65.-€
Donnerstag	18:30 – 21:00	9 PALACE BA GUA	55.-*/65.-€
Freitag	16:00 – 18:00	INTRODUCTION TO THE XING YI QUAN BROADSWORD	55.-*/65.-€
Samstag	10:00 - 17:30	TAI CHI CHUAN AS A FIGHTING ART	110.-*/130.-€
Sonntag	10:00 –16:30	TWO PERSON QI GONG	110.-*/130.-€

Kursorte / Course locations in Darmstadt

Beide Orte sind nahe beieinander und die Kursaufteilung wird noch bekannt gegeben

Both locations are close to each other and the classes layout is yet to be announced

1. Tai Chi Schule Moritz Dornauf Alicenstrasse 8 - 64297 Darmstadt - www.taichi-darmstadt.de

2. Hoffart Darmstadt Lauteschlägerstr. 28A · 64289 Darmstadt - www.hoffart-theater.de

Übungsschwerter und Säbel sind vorhanden! / Practice swords and sabers are available!

Infos und Anmeldung (registrations) classes in Darmstadt:

Tai Chi Schule Moritz Dornauf

www.taichi-darmstadt.de - taichidarmstadt@aol.com - Tel +49-162 4973106



21. April Freitag: 19:30
20 mal Frank Allen in Europa



Tai Chi Club

Ein Film von Tina Zhang
Der Rückblick und die Geschichte über
das seit über 40 Jahren existierende
Martial Art Studio von Frank Allen
in New York.

Ein spannendes Zeit-Dokument!



Workshops with Tina Zhang in Darmstadt

Chinese Tai Chi Sword Applications Chinese Tai Chi Sword Applications.

Learning Chinese Tai Chi Sword 13 techniques form through applications.

You'll manage single person and 2-persons Sword practice. Open to all levels.

No Sword experience necessary. Any levels, any style of Tai Chi students are welcome, and bring you Sword to this workshop, you will not disappointed.



Tai Chi Schwert Anwendungen.

Die 13 Techniken des chinesischen Tai Chi Schwertes und ihre Anwendungen.

In Solo Übungen und Partnerübungen lernen wir die verschiedenen Techniken der Tai Chi Schwertanwendungen kennen.

Offen für Interessenten aller Tai Chi Stile.



Earth Qi Gong for Women

In this workshop, we will deepen the knowledge through the learning and practicing in order to bring the maximum result for women's health. We will focus on the development of one's awareness to healing.

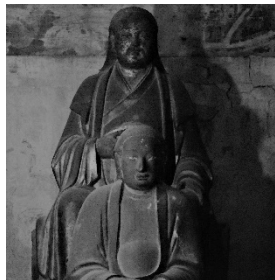
All levels practitioners are welcome!

Erd Qi Gong für Frauen

In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf der Aktivierung der Selbstheilung.

Die Übungen sind speziell auf die Gesundheit des weiblichen Körpers ausgerichtet.

Es können Anfängerinnen und Fortgeschrittene daran teilnehmen.



Nei Gong/Qi Gong Seven Stars

Learning late Master Wang Pei Sheng's treasured Nei Gong/Qi Gong short form that deepen the internal practice.

Great for all levels of Qi Gong and internal martial arts students.

Mit dieser wertvollen Nei Gong/Qi Gong Form des verstorbenen Meister Wang Pei Sheng vertiefen wir die innere Praxis.

Ideal für alle Stufen von Qi Gong und inneren Kampfkunstschülern.

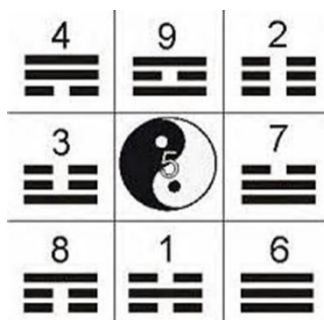
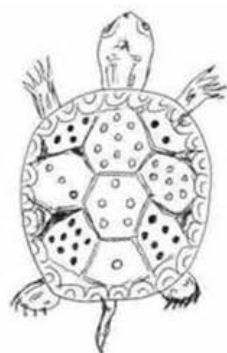
Ba Gua Zhang

Learning the fundamental of Ba Gua Zhang to create positive energy and ability to deal with life's constant change. The Single Palm Change form and applications will be taught in this workshop. Great for beginners and advanced students.

Ba Gua Zhang

In den Basis Übungen des Ba Gua Zhang, erlernen wir die Fähigkeit positive Energie zu erzeugen und mit dem ständigen Wandel des Lebens umzugehen. Im ersten Handwechsel werden wir die Form mit ihren Anwendungen lernen.

Ideal für Anfänger und Fortgeschrittene.



Ba Gua Zhang – die neun Paläste,

*Die neun Paläste im Ba Gua Zhang
Aufbauend auf dem Lo Shu, dem ältesten aufgezeichneten magischen Quadrat, sind die acht Energien des Ba Gua Zhang ein Weg in innere Welten zur Entwicklung des meditativen Geistes.*



New Xing Yi Broadsword INTRODUCTION TO THE XING YI QUAN BROADSWORD SET: Broadsword Manifestation of the 5 Elements of Xing Yi Quan -- the first line of the broadsword set.

Neu: Xing Yi Quan Säbelform – wir lernen die erste von fünf Linien zu laufen aus dem Säbel-Set der 5 Elemente.

SATURDAY: TAI CHI CHUAN AS A FIGHTING ART: Training Exercises, Ideology, Strategies & Techniques

TAI CHI CHUAN ALS KAMPFKUNST: Trainingsübungen, Ideologie, Strategien und Techniken

SUNDAY: TWO PERSON QI GONG: Running and Reading Energy Through Yourself and Your Partner for Health and Martial Arts

ZWEI PERSONEN QI GONG: Energie durch sich selbst und den Partner fließen lassen und lesen für Gesundheit und Kampfkunst

Kurse mit Tian Zhang und Frank Allen am 18. April in Heidelberg

Beide Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene.

Tina Zhang:

Ba Gua Zhang - Ba Gua Qi Gong, Energy Circle Walking and Energy exchange.

In this workshop we will learn: Harmonizing the energy of the human and nature to live young, healthy, and strong, as well as learning how to eliminate the negative energy and promote the positive energy through the changes in life.

Ba Gua Zhang - Ba Gua Qi Gong, Energy Circle Walking und Energieaustausch

In diesem Workshop: Durch die Harmonisierung der Energien im Menschen aktivieren wir in uns die Natur, jung, gesund und stark zu leben. Weiterhin lernen wir negative Energien zu eliminieren und positive Energien durch Veränderungen im Leben zu fördern. Ideal für Anfänger und Fortgeschrittene.



Frank Allen

Daoistische Meditation

Daoist meditation focuses and relaxes the mind. It also regulates energy flow and presents new realms of perception. In its upper level it leads one to true emptiness and the complete peace of stillness.

Die daoistische Meditation fokussiert und entspannt den Geist. Sie reguliert den Energiefluss und öffnet neue Bereiche der Wahrnehmung.

In höheren Ebenen führt sie zu wahrer Leere und zu innerem Frieden und Stille.

Kursort, Gebühren und Zeiten werden noch bekannt gegeben./ Course location, fees and times to be announced.

Infos und Anmeldung (registrations) classes in Heidelberg: Energie in Balance Andrea Roth,
www.taichikurse-heidelberg.de - info@andrearoth.email - Tel. +49-172 7657644