
**Turn- und Sportgemeinde
Drais 1876 e.V.**



Taijiquan
in der
Gymnastikabteilung der TSG

Das heute weltweit geübte Taijiquan oder „Schattenboxen“ geht auf eine im Kaiserreich China entwickelte Kampfkunst zurück. Als Gymnastik verstanden ist die gesundheitsfördernde Wirkung anerkannt. Der eigentliche Kampfkunstaspekt des Taijiquan tritt vor diesem Hintergrund zurück: Bei uns steht die Freude an der Bewegung im Vordergrund.

Unsere Ziele für die nächsten Jahre sind, uns gemeinsam die sogenannte Peking-Form zu erarbeiten, dabei das Gefühl für den eigenen Körper weiter zu entwickeln und darüber hinaus Übungen zu verinnerlichen, die sich in den eigenen Alltag integrieren lassen.

Der Kurs richtet sich an Anfänger, ein Einstieg ist jederzeit möglich: Kommen Sie gerne zu einer unverbindlichen Schnupperstunde vorbei.

Wann / Wo: Donnerstag, 20 Uhr in der Sporthalle Drais (1 Stunde)
Wie: Bequeme Kleidung; dicke Socken oder Hallenschuhe
Kontakt: volker.kniese@web.de | 0177 44 795 22
Beitrag: 144 Euro im Jahr*

*Der Jahresbeitrag setzt sich aktuell zusammen aus
72 Euro Grundbeitrag für die Mitgliedschaft in der TSG Drais
+ 42 Euro Aktivenbeitrag
+ 30 Euro Beitrag für die Teilnahme am Yoga-/Qigong-/Taijiquan-Unterricht.
Dabei müssen bereits entrichtete Beiträge nicht doppelt bezahlt werden.