

## **Meister Seminar / Master Class mit Sifu John Ding in Bonn**

**23 /24.8.2025 Yang Stil Tai Chi Chuan (offen für alle)**

**Turnhalle Ernst Moritz Arndt Gymnasium, Endenicher Allee 1, 53115 Bonn**

Tai Chi Bewegungen, unabhängig vom Stil des Tai Chi Chuan, basieren auf grundlegenden Prinzipien und Konzepten – ansonsten handelt es sich um leere Choreographien. Durch das tiefe Verständnis und die Umsetzung der Prinzipien und Konzepte im täglichen Training wird es möglich Chi zu sammeln und es für Gesundheit und Selbstverteidigung einzusetzen. Alle Meister-Workshops mit Sifu Ding beinhalten Tai Chi Prinzipien, Positionen sowie Anwendungen. Es werden außer dem traditionellen Tai Chi Chuan auch die Prinzipien und Konzepte des Chi Kung so unterrichtet, so dass sie integriert und angewendet werden können. Dadurch wird die traditionelle Form „lebendig“, dynamisch und funktionsfähig. Dies ist der Schlüssel zur Verbesserung des Tai Chi Chuan. Der Unterricht ist praxisorientiert mit der Möglichkeit viele Fragen rund ums Tai Chi zu klären. Weitere Infos zu Sifu Ding und seiner Organisation unter: [www.masterdingacademy.com](http://www.masterdingacademy.com)

**Samstag 10.00-16.00 & Sonntag 9.30-15.30: Tai Chi Sensitivity (2-tägiger Intensiv-Kurs)**

Es werden die grundlegenden Prinzipien (**Ji Chu**) Teil 2 aus Master Ips Buch (S.156) vermittelt.