

QiGong 氣功 Formen von Professor Ding HongYu, NanJing Universität China

mit Alexander Callegari

Die Neuen Acht Brokate (Neues BaDuanJin)

28. April 2018 - Wiederholung von 9.00 - 10.00, Gebühr: 5,- €

Diese QiGong Form stärkt insbesondere die Beine und die inneren Organe, aktivieren die Funktionen des Gehirnes und vieles mehr.

Gesundheitsübung mit der Tellerdrehung - PanZi Gong

29. April 2018 - Tagesseminar von 09.30 - 12.00 und 12.30 - 15.00 Uhr, Gebühr: 25,- €

Die acht Übungen des PanZi Gong haben den Zweck die Biegsamkeit des Körpers zu steigern und Gelenkerkrankungen vorzubeugen.

Allgemeine Informationen

Ort/Gebäude: Turnhalle der Mittelschule, Martin-Luther-Straße, 83301 Traunreut

Veranstalter: TuS-Traunreut, Abt. Karate / TaiJi

Infos: Alexander Callegari Tel. 08 61 - 1 56 47, eMail: Alexander.Callegari@t-online.de

Sonstiges: Haftungsausschluß des Veranstalters

Professor Ding HongYu (* 1932) hat Sportwissenschaft und Sporttraining an der NanJing Universität unterrichtet und in der Sportforschung gearbeitet. Während dieser langjährigen Tätigkeit hat Professor Ding Sport und Chinesische Medizin kombiniert. Er hat zur Vorbeugung gegen Krankheiten und Erhaltung der Gesundheit praktische und theoretische Ansatzpunkte erarbeitet. Auf der Grundlage von TaiJi (Tai Chi) und QiGong (Chi Kung) hat er viele gesundheitsfördernde Übungen und praktisch anwendbare Bewegungstrainings entwickelt und verfasst.

Alexander Callegari (* 1966) begann im Alter von dreizehn Jahren mit Karate. Zehn Jahre später kam er zum TaiJi und QiGong. 1996 lernte er Professor Ding HongYu kennen. Seit dieser Zeit lernte er von ihm viele Formen aus den Bereichen TaiJi und QiGong sowie dem WuShu.



Prof. Ding HongYu und Alexander Callegari beim Gespräch im Mai 2013 in NanJing China