

## KURSUS mit Meister CHU KING HUNG:

KURSUS <b>1</b>	<b>FORM DER SCHLANGE UND DES VOGELS:</b> Diese Form verdeutlicht die Stellung des Armes und der Hand.
KURSUS <b>2</b>	<b>INN/YANG Kopf - Händen:</b> 3 Klassen : erster, zweiter und dritter Teil der Form. Bei dieser Form fließt das Yi im ganzen Körper.
KURSUS <b>3</b>	<b>YI KONG UND « ARBEIT » DER LEERE « LIN HUNG CHIN »</b> «In der Leere, die wie ein zerbrochenes Glass schneidet» 2 Klassen : Tests ab Beginn der Form oder Folge der Tests vom letzten Jahr.
KURSUS <b>4</b>	<b>TUI SHU: TESTS DER FORM</b> - Push Hands mit einer Hand : Folge der Tests vom letzten Jahr - Push Hands mit zwei Händen, 2 Klassen : Folge der Tests vom letzten Jahr oder kleinen Kreis
KURSUS <b>5</b>	<b>FIGHTING FORM (mit Händen), 3 Klassen:</b> 1: Anwendungen im 1. Teil der Form 2: Anwendungen im 2. Teil der Form (schnelle Geschwindigkeit). 3: Fausttraining und Anwendungen. Nach Bestätigung von Meister Chu : Erlernen des dritten Teils der Form
KURSUS <b>6</b>	<b>SÄBEL FORM</b> 2 Klassen. Erlernen der Yin-Yang-Form des Säbels und für fortgeschrittene Schüler, die die Yin-Yang-Form des Säbels schon kennen : Fighting-Form und Aktionen

## KURSUS mit Tai-Chi Lehrern ITCCA :

Philippe BEAUMELLE, Didier BOYER, Lydia DOGE, Jacques GARDES, Christiane GRAU, Jean-Marc JEANBOURQUIN, Marc LAPLACE, Lorenzo MARINI, Laurence NICOLAS, Alexandre PAUME, Françoise PEYRONNEL.

KURSUS <b>7</b>	<b>TAOISTISCHE ÜBUNGEN, QI GONG.</b> Dieses morgendliche Kursus garantiert die Ruhe des Geistes für alle folgenden Kurse. Es wird gewünscht 15 Minuten vor Beginn an Ort und Stelle zu sein.
KURSUS <b>8</b>	<b>Gruppe A - FORM und TESTS</b> der letzten Kurze von Meister Chu.
KURSUS <b>9</b>	<b>Gruppe B - FORM und TESTS</b> der letzten Kurze von Meister Chu.
KURSUS <b>10</b>	<b>TAOISTISCHE SELBSTMASSAGE, MEDITATION.</b> Dieser Kursus der energetischen Massage hilft den « inneren Atem » zu spüren..
KURSUS <b>11</b>	<b>SCHWERTFORM :</b> Wiederholungen der Schwertform und Korrektur.

- Kursus mit Meister CHU
- Kursus mit einem Tai-Chi Lehrer ITCCA

### Mindestniveau

## Gruppe A 1. TEIL DER FORM

- Taoistische Übungen, Qi Gong
- Form Inn/Yang Kopf - Händen
- Form und Tests
- Yi Kong - Lin Hung Chin
- Taoistische Selbstmassage
- Form und Tests
- Tui Shu: Tests der Form

### + PUSH HANDS MIT EINER HAND

## Gruppe B 3 TEILE DER FORM

- Taoistische Übungen, Qi Gong
- Form Inn/Yang Kopf - Händen
- Form und Tests
- Yi Kong - Lin Hung Chin
- Taoistische Selbstmassage
- Form Der Schlange Und Des Vogels
- Tui Shu: Tests der Form

### + PUSH HANDS MIT EINER HAND

## Gruppe C WIE GRUPPE B

- Taoistische Übungen, Qi Gong
- Form Inn/Yang Kopf - Händen
- Fighting form
- Yi Kong - Lin Hung Chin
- Taoistische Selbstmassage
- Form Der Schlange Und Des Vogels
- Tui Shu: Tests der Form
- (Schwertform)

### + 1. TEIL der FIGHTING FORM mit einem Partner

KURS DER SCHWERTFORM (freiwillig)  
Schwertform bekannt mindestens bis  
« das Boot in den Strom schieben »

## Gruppe D WIE GRUPPE C

- Taoistische Übungen, Qi Gong
- Form Inn/Yang Kopf - Händen
- Fighting form
- Yi Kong - Lin Hung Chin
- Taoistische Selbstmassage
- Form Der Schlange Und Des Vogels
- Tui Shu: Tests der Form
- Säbelform

### + 1. oder 2. TEIL der FIGHTING FORM mit einem Partner + FIGHTING FORM mit dem SCHWERT

Reduzierter Tarif für Paare : -10%.

Keine Reduzierung bei Abwesenheit einer oder mehreren ½ Tage  
Das traditionelle Tai-Chi Gewand (schwarz oder weiß) ist erwünscht.  
Änderungen des Programms sind vorbehalten  
je nach Entscheidung von Meister Chu.

## • ANMELDUNG : VOR DEM 8. JUNI

Bitte schickt uns das ausgefüllte Anmeldeformular spätestens **vor dem 8. Juni**, um sicher zu gehen, dass das Seminar reserviert ist.

Die Bezahlung des Tai Chi Seminars wird in **2 Bank überweisungen** vollzogen : Eine Überweisung ist die Voranzahlung (130 euros), gleichzeitig mit dem Anmeldeformular (per Email oder brief) zu erledigen  
Eine zweite Überweisung am 24. Juni, 2 Wochen vor dem Seminar, für den Restbetrag. Im Falle einer Absage nach dem 18. Juni ist keine Rückerstattung der Voranzahlung mehr möglich. Für die Überweisungen :  
IBAN : FR76 1350 6100 0022 1262 7900 028  
BIC : AGRIFRPP835

Die Personen, die sich für das Mittagessen (Buffet) anmelden, bitte im Anmeldeformular ankreuzen am 24. Juni gleichzeitig mit der Bezahlung des Restbetrags vom Seminar zusätzlich 67,50 euros für das Buffet überweisen. Nur wer den Betrag im voraus bezahlt garantiert sich sein Mittagessen. Die Reservierung für das Abendessen des Tai Chi Fests am Samstag wird am Mittwochvormittag bei der Ankunft erledigt.

**Am 24. Juni schicken wir Euch eine Anmeldebescheinigung per Email. Wenn Ihr sie nach dem 24. Juni noch nicht erhalten habt, benachrichtigt uns bitte möglichst schnell.** Wenn Ihr eine schriftliche Zustimmung per Post haben wollt, schickt uns bitte einen frankierten Briefumschlag (EU) mit Euer Adress. Zur Organisation und Klassenaufteilung ist es für F. Loutrel notwendig, dass alle Teilnehmer am Mittwochvormittag des 8. Juni schon da sind. Dieser Vormittag gehört zum Seminar : es wird die "Achse der Arbeit" vorgestellt.

• **DER ORT DES SEMINARS :** Der Ort befindet sich in Attuech-Massillargues, nördlich von Nîmes, 10 Min. von Anduze, ein schattiger Ort an einem kleinen See bei dem Fluss Gardon. Bademöglichkeiten im Gardon, oder Swimming-Pool für die Camper vom Campingplatz Fief d'Anduze.

### • BEHERRBERGUNGSMÖGLICHKEITEN :

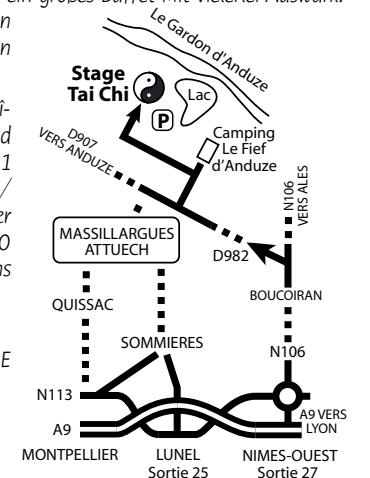
Camping Le Fief d'Anduze (Auf dem Seminarsort) : 04 66 61 81 71  
lefiel@wanadoo.fr - Touristenzentrum von Anduze : 04 66 61 98 17  
Hôtel de la Madeleine (2 Min. mit dem Auto) : 04 66 34 66 70  
Liste von Ferienwohnungen : contact@tai-chi-processus.com

• **ESSEN :** Jeden Mittag gibt es ein großes Buffet mit vielerlei Auswahl. Voranmeldung für diese Mahlzeiten ist Pflicht (5 Mittagessen kosten 6750).)

• **ANFAHRT :** 45 Min. von Nîmes, via die N106 Alès/Nîmes, und dann die D982 richtung Anduze. 1 Stunde von Montpellier über Prades/Lez, Quissac (D17, D45, D35) Oder A9, dann Sommières und D35. 1.30 Uhr von Avignon, über Remoulins und Uzès. 30 Min. von Alès.

### • AUSKUNFT :

BRANCHE ITCCA MEDITERRANÉE  
ZA La Ponche Km4 rte d'Avignon  
30320 Marguerittes  
Tél : 04 66 26 16 83 - 06 62 00 20 73  
contact@tai-chi-processus.com



● MITTWOCH 8 JULI				
8h30 bis 10h30	Ankunft und Bezahlung des Seminars			
10h30 bis 11h	Vorstellung aller Tai Chi Schulen und Klassenbildung			
11h bis 12h	Kursus mit François Loutrel oder einem Tai Chi Lehrer ITCCA			
15h bis 16h				
	A	B	C	D
16h bis 16h30	10	10	10	10
16h30 bis 17h30	2	2	2	2
17h30 bis 18h30	3	3	3	3
18h30 bis 19h30			11	6

● VON DONNERSTAG 9 BIS SAMSTAG 11 JULI				
	A	B	C	D
8h45	7	7	7	7
9h bis 10h	2	2	2	2
10h bis 11h	8	9	5	5
11h bis 12h	3	3	3	3
15h bis 16h*	Pflichtfreie Übungsstunde			
16h bis 16h30*	10	10	10	10
16h30 bis 17h30	8	1	1	1
17h30 bis 18h30*	4	4	4	4
18h30 bis 19h30*			11	6

● SONNTAG 12 JULI				
	A	B	C	D
8h45	7	7	7	7
9h bis 10h	8	9	11	6
10h bis 11h	3	3	3	3
11h bis 12h	2	2	2	2
Mittagessen und nachmittags freie Übungszeit				

#### SAMSTAG : TAI-CHI TANZABEND:

Für Samstagabend ist ein Tai-Chi Fest geplant mit einem Abendessen und Tanz, musikalische Organisation von Lorenzo ITCCA Marseille. Die Anmeldung für das Abendessen findet am Mittwochvormittag bei der Anmeldung statt.

\*Bei großer Hitze kann sich die Uhrzeit um 1/2 Stunde verschieben



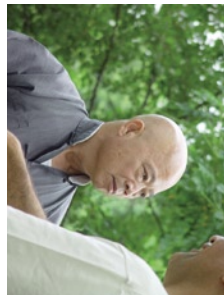
Photos & Design: philippe.beaumeille@free.fr

## Der Weg der inneren Energie

Die Gründe weshalb das Tai Chi Chuan methodisch ausgedacht wurde, überspringt weit die therapeutische und kampsportliche Art. Was das Tai Chi Chuan an einem Tag aktualisiert, ist ausserordentlich wichtig, damit sich "der Weg" manifestiert. Eine Übung mit beharrlicher Aufmerksamkeit in Gegenwart von Meister Chu ist ideal für eine wahre Präsenz des Seins.



**François Loutrel**  
Meisterschüler  
von Meister Chu



INSTITUT DES HAUTES ETUDES  
Tai Chi Chuan  
Qi Gong

INSTITUT DES HAUTES ETUDES  
Tai Chi Chuan  
STILLE HANG ORGANISME  
Dauerhafte  
Léone Hérogie

VOM 8. BIS 12. JULI 2015  
ITCCA MEDITERRANEE  
SOMMERSEMINAR

**TAI CHI CHUAN**  
AUTHENTISCHER YANG-STIL  
MEISTER CHU KING HUNG

