

Taiji Seminar Ftan**Zeitplan****20.-24.09.2017**

Zeit	Donnerstag 21.9.	Freitag 22.9.	Samstag 23.9.	Sonntag 24.9.
07:00 - 7:50	Qi Gong			
08:00 - 9:00	Frühstück			
09:30 - 10:30	24-er Form	Yang-Stil & Lang-Form (9:30 - 11:00)	Yang-Stil & Lang-Form (9:30 - 11:00)	24 er Form
10:30 - 12:00	Langstock Form	Hsing Yi	Hsing Yi	Langstock
12:00 - 14:00	Mittagessen			
14:00 - 15:30	Hsing Yi	Taiji Schwert	Jin Jing (hartes Qi Gong mit Kampfanwendungen) (14:00-15:00)	Freie Gestaltung des Nachmittags
15:45 - 17:00	Taiji Schwert	Langstock Form	Taiji Schwert (15:00 - 16:00) Push Hands (16:00 - 17:00)	
17:00 - 18:00	Push Hands	Schwert Anwendungen	freies Training	
19:00	Nachtessen			