

TAO-CHI

die Schule für Tai-Chi und Kung-Fu, Qi-Gong und Meditation im
Freizeit- und Gewerbepark "die Alte Brotfabrik", Grabenstr. 180
47058 Duisburg-Neudorf-Süd, im Internet www.tao-chi.info

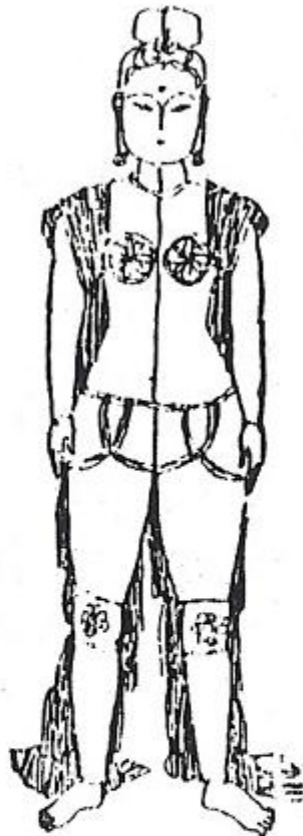
Chan Mi Qigong mit Thomas A. Blume

wu dui
fünf mal zwei Dinge
in Kontakt bringen

san gong
drei Bögen

yi yuan
eine Rundung

si gang
vier Grundregeln



8 Anforderungen
an die Kopfhaltung

8 Anforderungen
an die richtige
Armhaltung

4 Anforderungen
an die Haltung des
Rumpfes

4 Anforderungen
an die richtige
Beinhaltung

24 Anforderungen an die Körperhaltung

(Das harmonische Aufeinanderabstimmen der Körperhaltung,
auch genannt „Regulieren der Körperhaltung“.)

Einführungswochenenden auf Anfrage

Samstags: 14:00 bis 18:00 Uhr

Voraussetzung: Keine / Kosten: \$\$ diversify €€

Ermäßigungen für Tao-Chi Mitglieder & Wiederholer

Teilnehmer (max/min): 9 / 4

Infos & Anfragen unter eMail: [contact \[at\] tao-chi.info](mailto:contact@tao-chi.info)

**[Thomas A. Blume ist ausgebildeter Kursleiter für Qigong des
Tai Jiang Yang Sheng Centrum, Weinheim](#)**