

# Kursplan ab 01.03.2024

Montag		Dienstag			Mittwoch		Donnerstag				Freitag	
vor Ort	vor Ort	vor Ort	online	vor Ort	vor Ort	online	vor Ort	Vor Ort	online	online	vor Ort	hybrid
											15.30-17.00	
											Yoga	
						17.00-18.00		17.00-18.00			17.00-18.00	
						Vertiefung der inneren Prinzipien		Yin Yang Form			Tai Chi Anfängerkurs ab 08.03.24	
18.00-19.00		18.00-19.00	18.00-19.30	18.00-19.30	18.00-19.00		18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.30		18.00-19.30
Formkurs Teil 2												Dehnen und kräftigen Dao Yin
19.00-20.00		Formkurs Teil 2	Yoga	Meditation	Formkurs Teil 2		Formkurs Teil 1	Meditation	Zentrumsbewegung	Yoga		
Vertiefung der inneren Prinzipien		19.00-20.00			19.00-20.00		19.00-20.00					
		Formkurs Teil 1			Zentrumsbewegung		Vertiefung der inneren Prinzipien					
20.00-21.15	20.00-21.15				20.00-21.00		20.00-21.00					
Einführungsstunde jeden ersten Montag im Monat	Formkurs Laojia Yilu				Formkurs Teil 2		Formkurs Teil 1					

## Anfängerkurse

Tai Chi ab 08.03.24, freitags, 17:00-18:00 Uhr

## Tai Chi Anfänger-Wochenend-Kurse

09.+10.03.2024 (Sa. 14-18 Uhr, So. 10-14 Uhr), 89 €

07.+08.09.2024 (Sa. 14-18 Uhr, So. 10-14 Uhr), 89 €

## Anfängerkurs online

<https://tai-chi-chuan.com/tai-chi-onlinekurs-anmeldung-slk>

## WELT TAI CHI TAG

27.04.24, kostenlos

## Tai Chi Forum

15.+16.06.24

Treffen der Onlinekurs-Teilnehmer\*innen

## Waffenform

06.+07.07.2024 (Sa. 14-18 Uhr, So. 10-14 Uhr), 89 €

## UNTERRICHTSFREI

### Schwerdonnerstag

08.02.24

### Rosenmontag 12.02.2024

### Karfreitag

29.03.24

### Ostermontag

01.04.24

### Osterpause

25.-28.03.24

### Sommerpause

22.07.-16.08.24

### Weihnachtspause

23.12.24 - 03.01.25

## KURSTEILNAHME

Du besuchst Deinen wöchentlichen Stammkurs. Jeder Kurs geht über 4 Monate (1 Trimester).

Kosten: 49,- €/Monat (Tai Chi oder Yoga) bzw. 39,- €/Monat (Meditation)

Darüber hinaus kannst Du an allen Parallelkursen kostenlos teilnehmen.

Zusätzlich kannst Du zur Wiederholung an allen Kursen, die weniger fortgeschritten sind als der eigene Stammkurs kostenlos teilnehmen.

Alle Übungsstunden sind offene Kurse, an denen alle Schüler des Tai Chi Zentrums Koblenz uneingeschränkt und kostenlos teilnehmen können.

An dem Dao-Yin-Kurs am Freitag können ebenfalls alle Schüler (Tai Chi, Yoga und Meditation) kostenlos teilnehmen.

So hat Jede/r die Möglichkeit, unser Zentrum fast täglich zu besuchen.

Einzelunterricht ist jederzeit nach Vereinbarung live und online möglich.

Kosten: 80,- €/ Unterrichtsstunde (45 Min.)