



Der friedliche Krieger

Tai Chi und Kung Fu - WuTai für Kinder ab 5 Jahren

Inhalt: Wir bieten gemeinsam mit dem Tai Chi und Qi Gong Lehrer, Pädagoge, Konflikt- und Deeskalationstrainer Herrn Hasenöhl zwei Veranstaltungsreihen zum Thema Tai Chi an. Jeweils an 15 Terminen können Kinder im Alter von 5 bis 8 Jahren (16:00 bis 17:00 Uhr) und Kinder im Alter ab 8 Jahren (17:00 bis 18:00 Uhr) im Gymnastiksaal der Realschulturnhalle in Annweiler den Tai Chi Kurs besuchen.

Mindestteilnehmer: jeweils 8 Kinder
 Maximalteilnehmer: jeweils 14 Kinder
 Anmeldeschluss ist der 17. August 2010.

Gebühr:
 115.00 ? - 15 Termine im Kurszeitraum

Tai Chi Kurse können von den Krankenkassen bezuschusst werden!

Tai Chi und Kung Fu

WuTai Der friedliche Krieger für Kinder & Jugendliche

Tai Chi und Kung Fu Der friedliche Krieger verbinden Kampf- und Bewegungskunst, Selbstbehauptung, Selbstverteidigung, Pädagogik und vereinen:

- ? Bewegung
- ? Kontakt
- ? Konzentration
- ? Kommunikation
- ? Spiel

Sie fördern die soziale, körperliche, psychomotorische und geistige Entwicklung von Kindern und Jugendlichen.

Tai Chi und Kung Fu Kurse beinhalten Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungstechniken für Kinder und Jugendliche, um im Alltag:

- ? selbstsicherer Auftreten zu können,
- ? klare Grenzen zu setzen,
- ? angemessen zu reagieren
- ? angemessen zu handeln.

Tai Chi ? Kung Fu für Kinder:

- ? stärken das Selbstbewusstsein.
- ? fördern die Körperbewegung und Haltung.
- ? stärken Konzentration, Reaktion, Ausdauer.
- ? fördern die Ausgeglichenheit.
- ? vermitteln Bewegungstechniken für die Selbstverteidigung.
- ? fördern das angemessene Handeln u.a. in Konfliktsituationen und im Alltag.

INHALTE-KURSE:

- ? Warming up Übungen & Spiele

Information und Anmeldung:
www.lemon-net.de



Haus der Jugend Annweiler, Landauer Str. 3, 76855 Annweiler - Christian van Look Tel. 06346 93160 / 0173 8156763
info@lemon-net.de, <mailto:info@lemon-net.de>, www.lemon-net.de, www.friends.lemon-net.de



? Kung Fu - 8 Shaolin Hände, Xing Yi Quan ? 5 Tiere
 ? Tai Chi Drachenstock
 ? Tai Chi ? WuShu Übungen für Körperhaltung, Motorik und Selbstverteidigung

? Selbstbehauptungstraining
 ? Übungen und Spiele für: Körperwahrnehmung, (Körperhaltung, Bewegung, Gleichgewicht, Koordination), Konzentration, Selbstvertrauen

Inhalte sind u.a. auch:

? Kampfkunst mit Choreographie zu verbinden
 ? ?Musik integrieren, Bewegungen einstudieren, Rhythmus, Dynamik und Sprache leben?.

Gruppengröße: mind. 8, max. 14 Teilnehmer/innen

Beginn: 31.08.2010 Ende: 21.12.2010

Gebühr: 115.00 Euro

Termin/e: 31.08.2010 16:00 Uhr | 07.09.2010 16:00 Uhr | 14.09.2010 16:00 Uhr | 21.09.2010 16:00 Uhr | 28.09.2010 16:00 Uhr | 05.10.2010 16:00 Uhr | 26.10.2010 16:00 Uhr | 02.11.2010 16:00 Uhr | 09.11.2010 16:00 Uhr | 16.11.2010 16:00 Uhr | 23.11.2010 16:00 Uhr | 30.11.2010 16:00 Uhr | 07.12.2010 16:00 Uhr | 14.12.2010 16:00 Uhr | 21.12.2010 16:00 Uhr |

Information und Anmeldung:
www.lemon-net.de



Haus der Jugend Annweiler, Landauer Str. 3, 76855 Annweiler - Christian van Look Tel. 06346 93160 / 0173 8156763
info@lemon-net.de, <mailto:info@lemon-net.de>, www.lemon-net.de, www.friends.lemon-net.de