



IV Tai-Chi / Wutai

Inhalt: Tai-Chi mit Harald Hasenpöhl geht mit weiteren zehn Terminen in die nächste Runde. Zehn Termine mit einer Mindestteilnehmerzahl von jeweils 7 bis 9 TeilnehmerInnen startet am 06. September 2016. Die Angebote finden im Jugendhaus Annweiler statt. Wir bieten zwei Gruppen für die Kinder an. Die erste Gruppe (III Tai-Chi / Wutai) findet dienstags von 16:15 bis 17:15 Uhr und die zweite Gruppe findet (IV Tai-Chi / Wutai) dienstags von 17:15 bis 18:15 Uhr statt. Sollte die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden, besteht für die angemeldeten Kinder der Gruppe IV die Möglichkeit in die vorgängige Gruppe zu wechseln um dort die Mindestteilnehmerzahl zu erreichen (bis zu Maximalteilnehmerzahl). Die Möglichkeit des Wechsels wird unter Berücksichtigung des Anmeldeeingangs angeboten.

Kostenpunkt für die Veranstaltungsreihe sind 70 Euro (zahlbar beim ersten Termin oder gerne auch per Überweisung). Bitte nur Kinder anmelden die bereits ins die Schule gehen.

Am 25.

Geschwisterkinder erhalten durch den Förderverein Haus der Jugend eine Kostenermäßigung.

Tai Chi und Kung Fu – Der friedliche Krieger – verbindet Kampf- und Bewegungskunst, Selbstbehauptung, Selbstverteidigung, Pädagogik und vereinen Bewegung, Kontakt, Konzentration, Kommunikation und Spiel. Sie fördern die soziale, körperliche, psychomotorische und geistige Entwicklung von Kindern und Jugendlichen.

Tai Chi und Kung Fu Kurse vermitteln Techniken für Kinder und Jugendliche, um im Alltag selbstsicherer Auftreten zu können, gewaltlos und intelligent zu handeln und Konflikte friedlich zu lösen. Sie lehren kreative und friedliche Mittel um in potentiell gefährlichen Situationen eine Vielfalt von gewaltfreien Alternativen benutzen zu können.

Wutai Concept - Tai Chi & Kung Fu:

- stärken das Selbstvertrauen und das selbstsichere Auftreten,
- fördern die Beweglichkeit und die Reaktion,
- stärken die Konzentration und die Ausgeglichenheit,
- lehrt Selbstverteidigungstechniken, um sich im Notfall zu wehren und zu schützen,
- fördern das angemessene Handeln u.a. in Konfliktsituationen im Alltag.

INHALTE-KURSE:

- Übungen und Spiele für die Beweglichkeit, Gleichgewicht, Koordination, Konzentration, Selbstvertrauen
- Warming up Übungen, Spiele
- Kung Fu - 8 Shaolin Runden,
- WuBu - 5 Grundübungen
- Tai Ji und WuShu Übungen für Körperhaltung, Motorik und Selbstverteidigung und für die Gesundheit und Entspannung.

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



Ä

Leitung: Harald HasenÄ¶hl

â€¢ Tai Chi und WuShu Trainer

â€¢ Europameister 2014 in Tai Chi â€¢ WuShu â€¢ Schwert â€¢ Stock

Ä

Ä

Ä

Ä

Ä

Information und Anmeldung:
 Ä **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



Gruppengröße: mind. 8, max. 10 Teilnehmer/innen

Beginn: 06.09.2016 Ende: 13.12.2016

Gebühr: 70.00 Euro

Termin/e: 06.09.2016 17:15 Uhr | 13.09.2016 17:15 Uhr | 20.09.2016 17:15 Uhr | 27.09.2016 17:15 Uhr | 08.11.2016 17:15 Uhr | 15.11.2016 17:15 Uhr | 22.11.2016 17:15 Uhr | 29.11.2016 17:15 Uhr | 06.12.2016 17:15 Uhr | 13.12.2016 17:15 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