



## II Tai-Chi / Wutai

Inhalt: Tai-Chi mit Harald HasenÄ¶hl, ein weiterer Block beginnt am Dienstag vor den Osterferien. In den Osterferien finden keine Angebote statt. Bis zu den Sommerferien bieten wir insgesamt 7 Termin an. Die Termine, mit einer Mindestteilnehmerzahl von jeweils 8 bis 10 TeilnehmerInnen, startet am 17. April 2018. Die Angebote finden im Jugendhaus Annweiler statt. Das Angebot findet dienstags von 16:30 bis 17:30 Uhr statt. Sollten alle PlÄ¶tze belegt sein, dann gerne auf die NachrÄ¶ckliste eintragen.

Kostenpunkt fÄ¶r die Veranstaltungsreihe sind 50 Euro (zahlbar beim ersten Termin oder gerne auch per Ä¶berweisung nach Rechnungsstellung). Bitte nur Kinder anmelden die bereits ins die Schule gehen.

Geschwisterkinder erhalten durch den FÄ¶rderverein Haus der Jugend eine KostenermÄ¶Ä¶igung, ferner ist eine Abrechnung Ä¶ber das Teilhabepacket mÄ¶glich. Wegen finanziellen EngpÄ¶ssen soll kein Kind ausgeschlossen werden, sprechen Sie mich im Fall der FÄ¶lle an und wir werden eine LÄ¶sung finden.Ä¶

Tai Chi und Kung Fu "Der friedliche Krieger" verbindet Kampf- und Bewegungskunst, Selbstbehauptung, Selbstverteidigung, PÄ¶dagogik und vereint Bewegung, Kontakt, Konzentration, Kommunikation und Spiel. Das Angebot fÄ¶rdert die soziale, kÄ¶rperliche, psychomotorische und geistige Entwicklung von Kindern und Jugendlichen.

Tai Chi und Kung Fu Kurse vermitteln Techniken fÄ¶r Kinder und Jugendliche, um im Alltag selbstsicherer Auftreten zu kÄ¶nnen, gewaltlos und intelligent zu handeln und Konflikte friedlich zu lÄ¶sen. Sie lehren kreative und friedliche Mittel um in potentiell gefÄ¶hrlichen Situationen eine Vielfalt von gewaltfreien Alternativen benutzen zu kÄ¶nnen.

Wutai Concept - Tai Chi & Kung Fu:

stÄ¶rkt das Selbstvertrauen und das selbstsichere Auftreten,

fÄ¶rdern die Beweglichkeit und die Reaktion,

stÄ¶rkt die Konzentration und die Ausgeglichenheit,

lehrt Selbstverteidigungstechniken, um sich im Notfall zu wehren und zu schÄ¶tzen,

fÄ¶rdert das angemessene Handeln u.a. in Konfliktsituationen im Alltag.

INHALTE-KURSE:

Ä¶bungen und Spiele fÄ¶r die Beweglichkeit, Gleichgewicht, Koordination, Konzentration, Selbstvertrauen

Warming up Ä¶bungen, Spiele

Kung Fu - 8 Shaolin HÄ¶nde,

WuBu - 5 GrundÄ¶bungen

Tai Ji und WuShu Ä¶bungen fÄ¶r KÄ¶rperhaltung, Motorik und Selbstverteidigung und fÄ¶r die Gesundheit und Entspannung.

Leitung: Harald HasenÄ¶hl

Tai Chi und WuShu Trainer

Europameister 2014 in Tai Chi & WuShu Schwert & Stock

**Information und Anmeldung:**  
Dienstags von 16:30 bis 17:30 Uhr immer unser Jugendtreff im Erdgeschoss statt. **LEMON** steht  
[www.lemon-net.de](http://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](http://www.lemon-net.de), [www.friends.lemon-net.de](http://www.friends.lemon-net.de)



gemeinsames Spielen und Spass haben. Kinder des Tai-Chi-Kurses können daran gerne teilnehmen, egal ob vor oder nach dem Kurs oder an Dienstagen ohne Tai-Chi-Angebot.

Ä

Ä

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

Beginn: 17.04.2018 Ende: 19.06.2018

Anmeldeschluss: 13.04.2018 Gebühr: 50.00 Euro

Termin/e: 17.04.2018 16:30 Uhr | 24.04.2018 16:30 Uhr | 08.05.2018 16:30 Uhr | 15.05.2018 16:30 Uhr | 05.06.2018 16:30 Uhr | 12.06.2018 16:30 Uhr | 19.06.2018 16:30 Uhr |

**Information und Anmeldung:**  
**[www.lemon-net.de](http://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), <mailto:info@lemon-net.de>, [www.lemon-net.de](http://www.lemon-net.de), [www.friends.lemon-net.de](http://www.friends.lemon-net.de)