

## Mallorca Tai Chi Intensivwochenende 21. – 24. Mai 2020



### Reiseverlauf:

Ankunft: Donnerstag, 21.5.2020

#### Tag 1: **Donnerstag (Christi Himmelfahrt), 21.5.2020**

17:30 – 19:30 Uhr	1. Tai Chi Sequenz (Unterrichtsstunde)
20:00 Uhr	Gemeinsames Abendessen

#### Tag 2: **Freitag, 22.5.2020**

7:30 – 8:00 Uhr	Meditation Frühstück
09:00 – 10:30	2. Tai Chi Sequenz (Unterrichtsstunde) Zeit zur freien Verfügung
17:30 – 19:30 Uhr	3. Tai Chi Sequenz (Übungsstunde)



**Tag 3: Samstag, 23.5.2020**

07:30 – 08:00 Uhr	Meditation Frühstück
09:00 – 10:30 Uhr	4. Tai Chi Sequenz (Unterrichtsstunde) Zeit zur freien Verfügung
17:30 – 19:30 Uhr	5. Tai Chi Sequenz (Unterrichtsstunde)

**Tag 4: Sonntag, 24.5.2020**

07:30 – 08:00 Uhr	Meditation Frühstück
09:00 – 10:30 Uhr	6. Tai Chi Sequenz (Übungsstunde) Individuelle Abreise

**Tai Chi Themen:**

- Die 8 Brokate (Qigong)
- Einführung in Ta Lü A + B Form
- Push Hands

Unterrichtszeit: 12 Stunden à 60 Minuten

Kurspreis: 199,00 Euro zzgl. Ust.