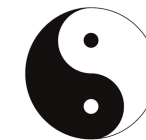


Aufbau des Stundenplans für Tai Chi und Qigong (Stand: Oktober 2012):

- Der Schwerpunkt der einzelnen Tai Chi-Stunden ist jeweils groß und fett hervorgehoben.
- Die Stunde "Grundform" ist besonders für Tai Chi-Anfänger geeignet.
- Wer an welchen Stunden teilnehmen kann, ist aus dem Schlüssel unten ersichtlich.



Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9.45 Uhr		Grundform (GG) Fortgeschrittene (GG) Infostunde (GG)		Fortgeschrittene (GG)	
10.45 Uhr				Grundform (GG) Fortgeschrittene (GG)	
17.30 Uhr	Grundform (GG)	Grundform (GG) Fortgeschrittene (GG) Yin Yang (GG)	Grundform (GG) Fortgeschrittene (GG)	Grundform (IS) Fortgeschrittene (IS) Infostunde (IS)	Grundform (IS) Fortgeschrittene (IS)
19.00 Uhr	Grundform (GG) Fortgeschrittene (GG) Beinspirale (GG)	Centermove (GG) Qigong (IS)	Grundform (GG) Infostunde (GG)	Grundform (IS) Fortgeschrittene (IS) Yin Yang (IS)	Grundform (IS) Fortgeschrittene (GG) Infostunde (IS)
20.30 Uhr	Grundform (GG) Fortgeschrittene (GG) Chi Form (GG)	Grundform (IS) Yin Yang (GG) Infostunde (IS)	Anwendung der Form / Selbstverteidigung (GG) Freies Üben	Qigong (IS)	Dayan-Qigong (GG) Grundform (GG) Qigong (IS)

An der Stunde "Grundform" können alle Schüler aller Tai Chi-Stufen teilnehmen.

An der Stunde "Fortgeschrittene" können alle Schüler aller Tai Chi-Stufen ab Stufe Yin Yang teilnehmen.

An der Stunde "Qigong" können nur Schüler des Qigong-Kurses teilnehmen.

An der Stunde "Dayan" bzw. "Anwendung" können jeweils nur Schüler des Dayan-Kurses bzw. des Anwendungs-Kurses teilnehmen.

Alle übrigen Fortgeschrittenen-Stunden für Yin Yang, Chi-Form, Centermove und Beinspirale sind den jeweiligen Stufen und allen Teilnehmern höherer Tai Chi-Stufen zugänglich (z.B. Yin Yang-Stunde für alle Tai Chi-Stufen ab Stufe Yin Yang). (GG) = Günter Gerlach, (IS) = Ilja Sibbor