

# Qigong „ACHT BROKATE“ +

DAO  
MKK  VEREIN FÜR  
BEWEGUNGSKÜNSTE  
& GESUNDHEITSFÖRDERUNG

## Taijidao 13er Form Teil 1 für EinsteigerInnen



**FREITAGS ab 26.05.2023**  
**16.45 Uhr bis 18.00 Uhr**

Ein Abend mit Qigong aus u.a. den BROKAT Übungen zum Aufwärmen, Aktivieren und Lösen des Körpers. Die Taiji 13er ist eine schöne Taijiquan-Übung (*sinngemäße Übersetzung: Waffenlose Kampftechnik nach dem höchsten Prinzip –*

*Urprinzip der Natur“*), die in der daoistischen Drachentorschule in China gelehrt wird. Die Bewegungsfolge ist kurz und tiefgehend. Sowohl Körpertraining und Kampfkunst als auch daoistische Meditation und Qigong Aspekte werden darin geübt. Das synchrone Laufen der Form im Raum macht viel Freude!

**7 Termine Wöchentlich FREITAGS ab 26.Mai bis 07.Juli**  
**BERLINER STRASSE 2 – Raum der Künste**  
**Bad Soden Salmünster**

Für aktive Mitglieder von DAO-MKK ist dieser Kurs inklusiv. Kein Kurs in den hess.Ferien.  
Dein Beitrag: Nichtmitglieder 16€ pro Einheit = 112€ - Passive Mitglieder:105€

**Jetzt!**

**Anmelden bei**

**[kurs@dao-mkk.de](mailto:kurs@dao-mkk.de) oder [info@juliaballin.de](mailto:info@juliaballin.de)**

**Ich freue mich auf Dich!**

**Julia Ballin, Kursleiterin**

DAO-MKK e.V. 1. Vorsitzende Renate Conrad, Tel. 0177-3616674;  
2. Vorsitzende Silke Wilde 0163-8698695; Kassierer Dr. Norbert Staab 0171-3666886  
Bankverbindung: Kreissparkasse Schlüchtern, BIC HELADEF1SLU, IBAN DE04 53051396 00000 50744