

DAO  
MKK



VEREIN FÜR  
BEWEGUNGSKÜNSTE  
& GESUNDHEITSFÖRDERUNG

im WuBianFu



# Stöcke im Taiji & Qigong

## FuxiTaijiDao mit Norbert

(Es klärt sich: ist das Üben mit Stöcken auch Qigong?!)

**Montags, 19.1. und 26.1.26, Beginn und Schnuppern**  
**20.00 bis 21.30 Uhr**

**Ort: Großer Raum, WuBianFu, zum Wartturm 5, Gelnhausen**

Liebe Freunde der Stöcke und Neugierige auf die energetischen Konzepte,

im neuen Jahr weiter montags von 20.00 bis 21.30 Uhr wärmen wir uns bereits mit einem Stock (Spiralenergie-Stab, Kurzstock oder Langstock) in der Hand auf und entdecken energetische Bewegungen unserer Mitte wie im reinen Qigong, die sich auf den Stock übertragen. Die Übungen sind entspannend und gesundheitsfördernd. So entsteht nebenbei ein Verständnis der energetischen Grundlagen von Qigong. Am Ende der Stunden wiederholen wir die 13-Hände Stockform des FuxiTaijiDao.

**11 Termine: 19.1.26, 26.1., 16.2., 23.2., 2.3., 9.3., 16.3., 23.3., 30.3., 13.4. und 20.4.26** Ab Mai findet dieser Kurs dienstags von 20.00 bis 21.30 Uhr statt.

Für aktive Mitglieder von DAO-MKK e.V. ist dieser Kurs inklusiv. Der zu überweisende Kursbeitrag für Nichtmitglieder beträgt für die 11 Abende 11x16= 176 Euro. Unsere sogenannten passiven Mitglieder zahlen für die 11 Abende 165 Euro.

**Infos und Anmeldung: Norbert Staab**

**Telefon: 0171-3666886** Messenger: Signal, Telegram, WhatsApp

**Mail: [kurs@taijido.biz](mailto:kurs@taijido.biz)** ☺ ☺ Eine Anmeldung ist erforderlich.



DAO-MKK e.V., Verein für Bewegungskünste, Gesundheitsförderung und mehr im Main-Kinzig-Kreis; VR 32472  
Geschäftsstelle im WuBianFu, zum Wartturm 5, 63571 Gelnhausen; 1. Vorsitzende Susanne Zirkelbach; 2. Vorsitzende  
Renate Conrad; 3. Vorsitzende Clarissa Kremer; Kassierer Dr. Norbert Staab 0171-3666886; **Bankverbindung: Kreissparkasse  
Schlüchtern, BIC HELADEF1SLU, IBAN DE04 53051396 00000 50744**; Steuernummer: 01925053268 Finanzamt Gelnhausen