



## DA LÜ

### Schule für Taijiquan und Körperarbeit

Mitglied im  
Taijiquan und Qigong Netzwerk  
Deutschland

Kooperationspartner des  
Taijiquan & Qigong Journals

Taijiquan-Lehrer-Ausbildung  
(Kooperation mit dem IFBUB)

## 1. Rundbrief (2/2001)

Sabine & Dr. Peter Wolfrum  
Landecker Weg 18  
40789 Monheim  
Fon: (02173) 691740  
eMail: taiji@dalue.de  
Internet: <http://www.dalue.de>

**DA LÜ** "Das große Ziehen", Bezeichnung für die zweite Stufe der Partnerübungen im Taijiquan. Da Lü bezeichnet in erster Linie eine Form des Tui shou, die in die vier Ecken und vier Zwischenhimmelsrichtungen ausgeführt wird.

Liebe(r) Taijiquan-Interessierte(r),

zukünftig werden wir einen halbjährlichen Rundbrief im pdf-Format zu aktuellen Themen und Veranstaltungshinweisen erstellen und auf unserer Homepage ins Internet stellen.

Zusätzlich kann der Rundbrief auch gleich nach Erscheinen per eMail verschickt werden. Wenn Sie dies wünschen, genügt eine kurze Nachricht an [taiji@dalue.de](mailto:taiji@dalue.de).

Viel Spaß bei der Lektüre der 1. Ausgabe.

---

### Themen

- Geburt Loulou-Sophia
  - Neue Einsteiger-Kurse
  - Korrektur-Wochenende
  - LehrerInnen-Ausbildung
  - Wochenenden  
"Baduanjin - Acht Brokatübungen"
  - LehrerInnen-Treffen Remscheid
  - Workshop "Taiji-Prinzipien im Alltag"
  - Taijiquan & Qigong Journal
  - Buchtips
- 

### Geburt Loulou-Sophia

In den letzten Monaten war es etwas still um uns geworden. Dies lag in Sabine's Schwangerschaft und der Geburt unserer zweiten Tochter Loulou-Sophia (\*17.07.2001) begründet:



## **Neue wöchentliche Einsteiger-Kurse Taijiquan und Körperarbeit**

Inhalte: Kleine Taiji/Qigong-Formen, begleitende Körperübungen, Einstieg in die 24er-Peking-Form

in **Neuss** (ab 25.09.01)

Dienstags, 18:45 - 20:15 Uhr

Zentrum für Tanz und Bewegung

Altebrücker Str. 17

41470 Neuss Allerheiligen-Gier

Weitere Info und Anmeldung: Sabine

in **Langenfeld** (ab Januar 2002):

Montags, voraussichtlich 18:45 - 20:15 Uhr

SG Langenfeld

Fahler Weg 76, 40764 Langenfeld

Weitere Info und Anmeldung: Peter

---

## **Korrektur-Wochenende**

Im Frühjahr 2002 (genauer Termin steht noch nicht fest) werden wir für unsere bisherigen Schüler ein Korrektur-Wochenende anbieten. Korrigiert werden dann die 24er Peking-Form, Kleine Formen nach Bedarf (Tageslauf der Krähe, Die Harmonie, Die Fünf Räder, Die Acht Brokatübungen, Die 18teilige Reihe des Taiji-Qigong). Wenn entsprechende Nachfrage vorhanden ist, kann auch eine Korrekturgruppe zur Langen Form (Yang-Stil) und zur 32er Schwert-Form eingerichtet werden. Das Wochenende wird im Raum Düsseldorf stattfinden.

Weitere Info und Anmeldung: Peter

---

## **LehrerInnen-Ausbildung "Taijiquan und Körperarbeit"**

In Zusammenarbeit mit dem IFBUB (Barbara und PD Dr. Klaus Moegling) starten wir den zweiten Versuch auch im Westen einen regionalen Ausbildungsgang zum/r Lehrer/in für Taijiquan und Körperarbeit zu etablieren. Die Ausbildung wird 2002 beginnen und ca. 2 Jahre dauern.

Die alternativen Termine für das Info- und Einstiegswochenende sind:

22.-24.02. / 14.-16.06. / 13.-15.09.2002

(jeweils Freitag 18:00 - Sonntag 13:00 Uhr)

Die Wochenenden werden in der Akademie Remscheid, 42857 Remscheid stattfinden. Die Kosten für ein Wochenende betragen € 200,- (DM 391,20) incl. Ü/VP.

Weitere Info und Anmeldung: Peter  
(siehe auch [www.dalue.de/lehrer.html](http://www.dalue.de/lehrer.html))

---

## **Wochenenden**

### **"Baduajin - Die Acht Brokatübungen"**

Die Einstiegswochenenden zur LehrerInnen-Ausbildung können auch genutzt werden, um die Acht Brokatübungen zu erlernen oder zu vertiefen. An jedem dieser Wochenenden wird die gesamte Bewegungsfolge vermittelt. Termine:

22.-24.02. / 14.-16.06. / 13.-15.09.2002

(jeweils Freitag 18:00 - Sonntag 13:00 Uhr)

Veranstaltungsort: Akademie Remscheid

Weitere Info und Anmeldung: Peter

---

## **LehrerInnen-Treffen in Remscheid**

Zweimal im Jahr treffen sich in Remscheid Taiji-LehrerInnen aus der Region (und von weiter her) um gemeinsam zu üben, sich gegenseitig zu korrigieren und Erfahrungen auszutauschen. Die meisten von uns üben den Yang-Stil und haben irgendetwas einmal den IFBUB-Ausbildungsgang absolviert. Ab und zu laden wir auch externe Taiji-Lehrer ein, um für ein Wochenende intensiv an einem Thema zu arbeiten. Die Wochenenden werden von Manfred Buchta organisiert.

Nächster Termin: 19.-21.10.2001

Ort: Akademie Remscheid

Thema: Der Punkt der Berührung  
(Arbeit an den Inneren Prinzipien des Taijiquan)

mit Thomas Luther-Mosebach

Weitere Info und Anmeldung:

Manfred Buchta (Fon: 02103/31698)

---

## Workshop "Taiji-Prinzipien im Alltag"

In diesem Workshop soll untersucht werden, inwieweit eine praktische Anwendung der Taiji-Prinzipien im Alltag möglich ist. Hintergrund ist die Vorstellung, daß die Taiji-Prinzipien nicht nur für die Zeit des Taijiquan übens unser Handeln bestimmen sollten, sondern darüber hinaus das gesamte Leben mehr und mehr durchdringen sollten. Inwieweit das möglich ist, welche Erfahrungen Einzelne damit bisher gemacht haben und welche Anregungen es für die Zukunft geben könnte, soll in diesem Workshop untersucht werden. In diesem Sinne gibt es noch keinen Termin und kein detailliertes Programm. Einige Unterthemen könnten sein: Arbeit/Beruf - Umwelt - Erziehung - Platz und Zeit für's tägliche Üben - etc. Wer Interesse an der Teilnahme, Mitgestaltung oder weitere Themenvorschläge zu solch einem Workshop hat, melde sich bitte bei Peter.

---

## Taijiquan & Qigong Journal

Alle die es noch nicht gehört/gelesen haben: Mittlerweile ist Heft 5 des Taijiquan & Qigong Journals ([www.tqj.de](http://www.tqj.de)) erschienen. Da wir Kooperationspartner des TQJ sind, können die Hefte bei Interesse auch über uns bezogen werden.

Themen Heft 5: Treffen Arbeitskreise Qigong / Im Taijiquan verkörpert sich die daoistische Lehre (Liu Sichuan) / Das Daoyin Yangsheng Gong (Zhang Guang De, Martin Pendzialek) / Dr. Tao - Meister des Wassers (Detlev Klossow) / Mit John Wayne Karuselfahren (Horst Hofmann) / Der Fall des unterdrückten Knies (Ömer Humbaraci, Juliane Koch).

Vorschau Heft 6 (erscheint am 9. November): Qigong Dancing in der Psychotherapie (Sabine Ecker) / Interview mit Frau Wang zu den Besonderheiten des Guolin Qigong / Die äußeren Welten des Taijiquan (Klemens Speer) / Die "Bodymechanics" des William C. C. Chen (Detlev Klossow) u.v.a.

---

## Buchtips

Da die meisten ja sicher alle gängigen Taiji-Bücher kennen, hier mein kleiner Blick über den Tellerrand zum Aikido:

### Richard S. Heckler: Aikido und der Neue Krieger

In dieser Anthologie berichten Männer und Frauen, die die Prinzipien des Aikido in ihr Privat- und Berufsleben übernommen haben, wie das beim Üben erworbene Wissen auch auf Normal- und Streß-situationen im Leben zu übertragen sind; z.B.: Aikido und Heilen / Aikido mit Kindern / Aikido und Feldenkrais / Aikido: Modell einer strategischen Kurztherapie etc.

Da die Prinzipien des Aikido und die Taiji-Prinzipien ja kaum verschieden sind, kann sicher auch der Taijiquan-Praktizierende eine Menge lernen.

### Kôichi Tôhei: Das Ki-Buch - Der Weg zur Einheit von Geist und Körper

In diesem Buch sind 4 Grundprinzipien und einige einfache Übungen mit (verblüffender) Wirkung dargestellt, die dabei helfen, die Mitte (Hara/Dantien) zu finden und das Ki (Chi) in Fluß zu bringen. Ein sehr schönes und einfaches Buch für Alle, die sich mit den Inneren Prinzipien beschäftigen.

---

So, das war's für diesmal,  
viel Spaß beim Üben wünschen  
Sabine & Peter

**DA LÜ**- Schule für Taijiquan und  
Körperarbeit  
Sabine & Dr. Peter Wolfrum  
Landecker Weg 18  
40789 Monheim am Rhein  
Telefon: (02173) 691740  
e-mail: [taiji@dalue.de](mailto:taiji@dalue.de)  
Internet: <http://www.dalue.de>