



Liebe Ausbildungsteilnehmer/innen,

der Sommer liegt nun hinter uns, die Tage werden deutlich kürzer und dunkler. Zeit für einen kurzen Rückblick und eine Vorschau auf's kommende Jahr.
Mit Maya-Rosalie und Loulou-Sophia hatten wir im Juli einen schönen Sommer-Familienurlaub mit vielen Wanderausflügen im Fichtelgebirge.
Im August hat es Peter dann leider etwas heftiger erwischt – ein Bandscheibenvorfall sorgte für einige Dramatik und eine erzwungene Ruhephase. Mittlerweile gehen die meisten Bewegungen wieder schmerzfrei, die Aufmerksamkeit für die Körperstrukturen hat sich weiter erhöht und Taijiquan steht wieder auf dem Tagesplan.
Zum Jahreswechsel steht bei Sabine eine Weiterbildung bei Achim Eckert zum Thema „Heilendes Tao: Meridianmassage & Akupressur“ auf dem Programm.
Die Planungen für 2009 sind mittlerweile fast abgeschlossen - hier die Themen für den Ausblick auf's nächste Jahr:

THEMEN

- ★ Vertiefungsphase Ausbildung - Lange Form Yangstil
- ★ 4. Workshop mit Epi van de Pol
- ★ Zertifizierung von Aus- und Weiterbildungen
- ★ 2. Frauen-Wochenende
- ★ 32er Spazierstockform
- ★ 3. Lehrerkademie / Jahrestreffen 2009
- ★ 15. Sommerakademie Alterode
- ★ DDQT-Kongress „Taijiquan als Lebenskunst“

Vertiefungsphase Ausbildung - Lange Form Yangstil

Im kommenden Jahr steht im Rahmen der Vertiefungsphase zur Lehrer/innen-Ausbildung die 103er Form (Lange Form) des Yangstils auf dem Programm. Wir haben diese Form bei Frank Grothstück gelernt und mehrmals von Yang Jun (Groß-enkel von Yang Chengfu) korrigieren lassen. Die Weiterbildung umfaßt insgesamt sechs Wochenenden in 2009 und 2010. Das Eröffnungswochenende findet statt vom

13.-15. März / Akademie Remscheid, 42857 Remscheid
103er Yangstil nach Yang Chengfu – Yang Zhenduo – Yang Jun

Dozenten: SABINE & PETER WOLFRUM

Folgetermine: 22.-24.05., 02.-04.10. und 3 WE in 2010

Wenn ihr im Rahmen der Vertiefungsphase bereits eine Waffenform beim IFBUB absolviert habt, erkennen wir diese selbstverständlich zur Lehrer/innen-Ausbildung an.

4. Workshop mit Epi van de Pol

Der 4. Workshop mit Epi van de Pol wird 2009 als 5-Tage-Intensiv-Workshop im Kloster Langwaden (41516 Grevenbroich) stattfinden, um vertieft in die Thematik „Taijiquan-Prinzipien und Push Hands“ einsteigen zu können:

04.-08. April / Kloster Langwaden, 41516 Grevenbroich

4. Workshop Taijiquan Prinzipien und Push Hands

Dozent: EPI VAN DE POL

Dieser Workshop kann auch für die Vertiefungsphase zur Lehrer/innen-Ausbildung anerkannt werden. Er zählt dann für die beiden Wochenenden zum Partner-Taijiquan.

Zertifizierung von Aus- und Weiterbildungen

Als DDQT-Mitglied könnt Ihr über uns ein offizielles DDQT-Gütesiegel (siehe auch bei www.ddqt.de) für Kursleiter/innen und/oder Lehrer/innen erhalten. Nach absolvierter Grundausbildung zum/r Kursleiter/in bzw. Vertiefungsphase zum/r Lehrer/in könnt Ihr (auch nachträglich) ein kostenpflichtiges (30,- Euro) DALÜ-Zertifikat mit 3-jähriger Gültigkeitsdauer bekommen. Die Gebühr führen wir komplett an den DDQT ab. Ein solches Zertifikat einer DDQT-MGO ist die Voraussetzung für ein kostenpflichtiges DDQT-Gütesiegel (90,- Euro) mit dreijähriger Gültigkeitsdauer. Die zeitlich begrenzte Gültigkeitsdauer wurde für den Bereich des DDQT aus Gründen der Qualitätssicherung beschlossen. Zertifikate und Gütesiegel können um jeweils 3 Jahre verlängert werden, wenn im zurückliegenden 3-Jahres-Zeitraum insg. 36 Stunden Weiterbildungen nachgewiesen werden können. Dabei müssen mindestens ein Drittel der Weiterbildungen beim zertifizierenden Institut absolviert werden.

2. Frauen-Wochenende

Dieses Wochenende zur Stärkung der weiblichen Energien in den Wechseljahren, in den Zeiten davor und danach, ist eine Einladung an alle Frauen, die Lust haben ihre Energien auf körperlicher und geistiger Ebene zu spüren und zu stärken.

12.-14. Juni / Vital-Hotel „Sennhütte“, 38855 Wernigerode

2. Frauen-Wochenende

Dozenten: LIESEL KLINGENBERGER & SABINE WOLFRUM

Aufrechte Haltung schenkt uns Ausstrahlung und Eleganz. Fundament entspannter Aufrichtung und gesunder Wirbelsäule ist das Becken. Mit speziellen Übungen und Erläuterungen erspüren wir den eigenen Körper, gewinnen unsere Bodenständigkeit und erfahren unsere Kraft und Vitalität u.a. im Beckenboden.

Mit Akupressur, Selbstmassage und Entspannungsübungen bekommt Frau die Gelegenheit, die vielen Eindrücke zu verinnerlichen. Stimm-Meditation, Gesang und Tanz runden das Wochenende ab und öffnen das Herz, die Ohren und den Blick auch für die anderen Gruppenteilnehmerinnen. Wir lassen unsere Körperintelligenz sich ausdrücken. Spielerisch und sehr bewusst gehen wir zurück zu den Wurzeln unserer eigenen Weiblichkeit, erfahren in der Gemeinschaft die Essenz weiblicher Kraft und feiern unser weibliches SEIN.



32er Spazierstockform am 20./21. Juni in Giessen

Der Spazierstock gilt als „Gentleman“-Waffe des Taijiquan. Er wurde anstelle des britischen Schlagstockes als Waffe in den britischen Kolonien Hongkong und Singapur durch chinesische Polizei-Offiziere eingeführt. Da unter diesen auch Taijiquan verbreitet war, hat sich irgendwann eine Taiji-Form mit dem Spazierstock entwickelt. Die Ausführungen in dieser Form sind dem Yangstil angelehnt. Vorkenntnisse in einer Yangstil-Waffenform sind daher vorteilhaft.

Dozent: PETER WOLFRUM

Veranstalter: MICHAEL CYROL, TAO, 39390 Giessen

Kontakt & Anmeldung: siehe www.tai-chi-giessen.de

3. Lehrerakademie / Jahrestreffen 2009

Nachdem der September-Termin in diesem Jahr für viele ungünstig lag, findet das nächste Treffen Anfang Juli statt:

03.-05. Juli / Akademie Remscheid, 42857 Remscheid

3. Lehrerakademie / Jahrestreffen 2009

Dozenten: Sabine & Peter Wolfrum, Emil Winkelblech

Wir würden uns freuen bei dieser Gelegenheit möglichst viele von Euch wieder zu sehen. Der Austausch von Erfahrungen steht bei diesem jährlichen Treffen immer wieder im Mittelpunkt. Es wird Korrekturangebote zu allen Formen der Ausbildungsphasen geben. Außerdem hat sich Emil Winkelblech bereit erklärt, eine Fortsetzung seines Vortrags vom letzten Jahr *Anatomische und biomechanische Grundlagen der Gelenke des menschlichen Bewegungsapparates* zu halten. Diesmal wird es vertieft um die Wirbelsäule gehen. Das Wochenende kann natürlich auch als Bestandteil der Weiterbildungen für Zertifikats- und/oder Gütesiegel-Verlängerungen (s.o.) gewertet werden.

15. Sommerakademie Alterode

Die von Sonja Blank organisierte Sommerakademie für Qigong und Taijiquan in Alterode (Harz) findet vom 2.-16. August bereits zum 15. Mal statt. Neben vielen anderen interessanten Angeboten (das ausführliche Programm mit allen Workshops und Dozenten ist auf der Website von Sonja Blank www.tao-schule.de einsehbar) gibt es in der 1. Woche die Gelegenheit die 60er Langstockform nach Zhang Wan Fu kennen zu lernen und/oder seine „eigene“ Taijiquan Handform zu finden:

02.-16. August / HVHS Alterode, 06543 Alterode

15. Sommerakademie Alterode

★ 60er Langstockform nach Zhang Wan Fu / 02.-09.08.

Dozent: PETER WOLFRUM

Ziel ist nicht in erster Linie die Vermittlung der kompletten Form an 7 Tagen. Es geht eher darum, sich mit dem Langstock intensiver vertraut zu machen und einen stressfreien Einstieg in diese lange Form zu finden. Dabei wird besonderer Wert auf einen möglichst entspannten Umgang mit dem Stock unter Ausnutzung der Schwerkraft und ohne großen Krafteinsatz gelegt. Wir wollen den Stock „laufen“ lassen, ohne die Kontrolle zu verlieren.

★ Die eigene Form finden / 02.-09.08.

Dozent: PETER WOLFRUM

Hier geht es darum, von einer „exakt dem Lehrer nachgeahmten Form“ zur eigenen Form zu kommen. Die dazu notwendigen Veränderungen werden aber kaum äußerlich sichtbar stattfinden, sondern sich hauptsächlich im Inneren abspielen. Das Angebot soll dabei zum eigenen Erkenntnisgewinn verhelfen und keine vorgefertigten Erkenntnisse vermitteln. Dazu werden wir u.a.

- unsere Aufmerksamkeit und Achtsamkeit für die eigenen Körperstrukturen schärfen.
- den eigenen Körper während des automatisierten Formablaufs genau beobachten und an bestimmten Stellen mit kleinen, bewussten Veränderungen eingreifen.
- Feldenkreis-Übungen kennenlernen, um die dabei gewonnene Bewusstheit auch in unserer Form zu etablieren.
- ungewöhnliche Musik einsetzen, um Gewohnheitsmuster zu durchbrechen.
- unsere Arme als „körperfremde“ Gegenstände handhaben.
- Zitate aus den Taijiquan-Klassikern in unserer Form umzusetzen versuchen.
- gewonnene Bewegungserkenntnisse in den Alltag integrieren.

Als Grundlage werden uns einige Bilder aus dem Yangstil dienen, z.B. „Der weiße Kranich breitet seine Flügel aus“, „Das Knie schützen“, „Pferdemähne teilen“ u.a. Dabei ist es unerheblich welche Yangstil-Variante normalerweise geübt wird. Es werden auch nur solche Bilder des Yangstils verwendet, die auch im Pekingstil vorkommen.

DDQT-Kongreß „Taijiquan als Lebenskunst“

04.-06. September / Bildungsstätte Sensenstein, 34329 Nieste

1. DDQT-Kongreß: Taijiquan als Lebenskunst - Strategien im Umgang mit Gesundheit und Krankheit.

Dozenten: K. MOEGLING, CH. AUERBACH, W. MERTENS, G. RUWE, D. KLOSSOW, Y. OSTER, M. NEUMANN, S. & P. WOLFRUM, u.v.a.m.

Es wird 3 Vorträge und 18 Workshops geben, u.a.:

Taijiquan-Prinzipien in einem gesundheitsbewußten Alltag

Dozenten: SABINE & PETER WOLFRUM

Es soll für die Teilnehmer intellektuell nachvollziehbar und praktisch erfühl- und erfahrbar werden, dass die Anwendung grundlegender Taijiquan-Prinzipien sowohl für den Kampfkunst-Aspekt als auch für den Gesundheits-Aspekt des Taijiquan von elementarer Bedeutung ist. Anwendungsmöglichkeiten wesentlicher Taijiquan-Prinzipien in Alltags-Situationen sollen erkennen lassen, dass nicht nur beim Taijiquan-Training, sondern auch bei der Alltagsbewältigung die Prinzipien umgesetzt werden können und damit eine bewusste ganzheitliche Gesundheitspflege unterstützt wird.

Das ausführliche Programm mit Anmeldeformular, die Konzeption sowie die Exposés der Dozenten zu ihren Workshops sind auf der Homepage des DDQT www.ddqt.de abrufbar.

★ ★ ★

Aktuelle Infos zu anstehenden Workshops findet Ihr auch auf unserer Homepage www.dalue.de auf der Startseite **aktuell**.

Wir wünschen Euch einen lichterglänzenden Herbst, eine friedvolle Adventszeit und freuen uns auf ein Wiedersehen

Sabine & Peter