

Stundenplan der Tai Chi Schule Wiesbaden

| Uhrzeit | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag / Sonntag |
|---------------|--------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6.30 - 7.30 | | | | Qi Gong mit Alex | | An den Wochenenden bieten wir eine Fülle von Workshops, Seminaren und Ausbildungen an. Nähere Informationen hierzu unter www.tai-chi-wiesbaden.de Privatstunden nach Vereinbarung Kontakt unter info@tai-chi-wiesbaden.de |
| 10.00 - 11.00 | | | Qi Gong mit Evelyn | Qi Gong | Privatstunden bis 18.00 Uhr | |
| 17.00 - 18.30 | | Tai Chi Chuan Form 1 - 3 | | | | |
| 17.30 - 18.30 | | | Qi Gong mit Bettina | Qi Gong | | |
| 18.15 - 19.15 | | | | | Tao Yin - chinesisches Rückentraining | |
| 18.45 - 19.45 | Qi Gong | Qi Gong | | | | |
| 18.45 - 20.15 | | | Tai Chi Chuan Einsteigerkurs / Form 1 - 3 | Tai Chi Chuan Einsteigerkurs / Tai Chi Chuan Vertiefung | | |
| 19.30 - 20.30 | | | | | Taoistische Meditation | |
| 19.45 - 20.30 | Tai Chi Chuan Vertiefung | | | | | |
| 20.00 - 21.30 | | Tai Chi - Partnerübungen / Push Hands | | | | |
| 20.15 - 21.45 | | | | Tai Chi Chuan Vertiefung | | |
| 20.30 - 22.00 | Tai Chi Chuan Vertiefung | | | | | |