



Liu He Ba Fa "Wasserstil"

Tai Ji Quan • Xing Yi Quan • Ba Gua Zhang

Liu He Ba Fa "Wasserstil" (Begründer Chen Po – ca. 960 n.u.Z.) ist eine Kampfkunst, welche die inneren Kampfkünste Tai Ji Quan, Xing Yi Quan, Ba Gua Zhang verbindet.

Liu He Ba Fa beruht auf dem Tao, der Lehre der Harmonie und verbindet die weichen kreisförmigen Bewegungen „Kraft aufnehmen und unmittelbar zurückgeben“ des Tai Ji Quan, mit der direkten linearen Kraft „einfach und direkt, kurz und klar“ des Xing Yi Quan und den dynamischen Spiralbewegungen „körperliche Beweglichkeit und energetischen Vielseitigkeit“ des Ba Gua Zhang.

Durch diese einzigartige Synthese, die Art und Weise wie diese Kampfkunst ausgeführt und angewendet wird, unterscheidet sich Liu He Ba Fa von allen anderen Kampfkünsten.

Inhalte:

- Liu He Ba Fa "Wasserstil" - Form.
- Bewegungsprinzipien des Tai Ji Quan im Liu He Ba Fa.
- Xing Yi Quan "5 Basisübungen" für Liu He Ba Fa.
- Xing Yi Quan "Tiger, Drache, Bär, Schlange" zur Stärkung des Körpers.
- Ba Gua Zhang "Kreisende Hände und Ba Gua - Gehen".
- Selbstverteidigung: Anwendungstechniken im Liu He Ba Fa.
- Chan Si Gong - Spiralbewegungen im Liu He Ba Fa Training.



Tag/Termin: Samstag/Sonntag, 14. – 15. Juli 2018

Zeit: 09.30 – 17.30 Uhr

Kosten: 180,00 €

Ort: Festhalle Burrweiler • Raiffeisenstraße 9 • 76835 Burrweiler

Leitung: Harald Hasenöhrl



- Tai Ji Lehrer, Qi Gong Lehrer & Therapeut, Instructor für Energetische Anatomie
- Seit 25 Jahren Weiterbildungen und Ausbildungen, in Tai Ji Quan, Qi Gong, WuShu, Chinesische Massage, Energiearbeit, Meditation in China, Deutschland und Österreich bei Prof. Qingbo Sui, Du Hong Lena, Xuer Mai Jin, He Lin, Yu Chang Fu und anderen Lehrern.

- **Europameister 2014:** 1. Platz WuShu / LiuHeBaFa / Tai Ji Quan
1. Platz Wudang Schwert • 3. Platz Tai Ji Stock

Anmeldung & Information:

Gesundheitspfad

Harald Hasenöhrl • Bergbornstraße 42 • 76833 Frankweiler

Tel.: 0049-(0)6345-9596855

www.gesundheitspfad.de

info@gesundheitspfad.de