



KURSPROGRAMM ZÜRICH/TEUFEN

AB AUGUST 2019



ITCCA · BRANCH OF GENEVA · ZÜRICH  
International Tai Chi Chuan Association

Kontaktadressen  
Siehe Rückseite  
www.itcca.ch · info@itcca.ch

Baden · Bellinzona · Bern · Erlenbach · Fällanden · Frauenfeld  
Genf · Kreuzlingen · Lenzburg · Meilen · Olten · St.Gallen  
Speicher AR · Uster · Wetzikon · Widnau · Wil SG · Zürich

**MONTAG** 19. August – 16. Dezember

Kursort: Reformiertes Kirchgemeindehaus  
Baumackerstrasse 19, 8050 Zürich

Ausfalldatum: 11. November

14 - 15	Chi Form II	GE
	CHF 450 17 Lektionen	
15 - 16	Formkorrektur mit Vertiefungsstufen	GE
	CHF 450	
16 - 17	Formkorrektur ohne Vertiefungsstufen	GE
	CHF 450	
18 - 19	Halsspirale	GE
	CHF 450	
19 - 20	Formvertiefung III	GE
	CHF 450	
20 - 21	Schwert-Vertiefung	GE
	CHF 510	

**DIENSTAG** 13. August – 17. Dezember

Kursort: Streuli+Partner, Oleanderstr. 14, 8050 ZH

Kursbeginn: 20. August

11.45 – 12.35	Qi Gong	BS
	CHF 170 10er Abo / 20 für 1 Lekt.	
19 – 19.50	Qi Gong	BS
	CHF 170 10er Abo / 20 für 1.Lekt	

Kursort: ACCU, Otto-Schütz-Weg 9, 8050 Zürich

Ausfalldatum: 5. November

18.30 – 19.30	Chi Form Basis	AK
	CHF 450 18 Lektionen	
19.30 – 20.30	Formkorrektur	AK
	13. August – 17. September	
	CHF 130 6 Lektionen	
19.30 – 20.30	Form Teil 1 für Anfänger/innen	AK
	24. September – 17. Dezember	
	CHF 260 12 Lektionen	

Kurse in grün = keine Vorkenntnisse nötig

**MITTWOCH** 14 August – 18. Dezember

Kursort: ACCU, Otto-Schütz-Weg 9, 8050 Zürich

Ausfalldaten: 23. Oktober

18.30 – 19.30	Form Teil 2	AK
	14. August – 18. Dezember	
	CHF 380 18 Lektionen	
19.30 – 20.30	Form Teil 3	AK
	14. August – 6. November	
	CHF 260 12 Lektionen	

Kursort: Kirchgemeindehaus, Bühlstr. 9, 8055 ZH

Ausfalldaten: 9. + 16. Oktober

18.15 – 19.15	Form Teil 3	AC
	4. September – 4. Dezember	
	CHF 260 12 Lektionen	
19.15 – 20.15	Form Teil 1 für Anfänger/innen	AC
	4. September – 4. Dezember	
	CHF 260	
20.15 – 21.15	Qi Gong	AC
	4. September – 4. Dezember	
	CHF 170 10er Abo / 20 für 1 Lekt.	

**DONNERSTAG** 15. August – 19. Dezember

Kursort: ACCU, Otto-Schütz-Weg 9, 8050 Zürich

17 - 18	Qi Gong	AK
Kursdaten	22. August • 5./12./19./26. September	
	3./10./17. Oktober 7./14./21./28. Nov.	
	5./19. Dezember	
	CHF 170 für 10er Abo / 20 pro Lektion	

Ausfalldatum: 29. August und 24. Oktober

18 - 19	Formkorrektur für Wiedereinsteiger	AK
	Preis je nach Kurseinstieg	
19 - 20	Kniespirale	AK
	CHF 450 17 Lektionen	
20 - 21	Chi Form	AK
	CHF 450 17 Lektionen	

Kurse in grün = keine Vorkenntnisse nötig

## FREITAG 23. August – 20. Dezember

Kursort: Hardau, Forum, Bullingerstr. 63, 8004 Zürich

Ausfalldaten: 4. + 11. Oktober

09-10 Form Teil 3 RS

14. Juni – 27. September  
CHF 380 18 Lektionen

10 – 11 Formkorrektur RS

23. August – 20. Dezember  
CHF 350 16 Lektionen

11– 12 Form Teil 1 für Anfänger/innen RS

23. August – 22. November  
CHF 260 12 Lektionen

## GEMISCHTE DATEN

Kursort: ACCU, Otto-Schütz-Weg 9, 8050 Zürich

Thema Schwert-Formkorrektur und Aufbau AK

Donnerstag 31. Okt. • 12. Dez. von 17- 18 Uhr

Samstag 17. Aug • 14./28. Sept • 12. Okt  
16./30. Nov • 21. Dez von 9-10 Uhr

Kosten CHF 270 7 Lektionen



## FERIENKURSE

5.- 10. August in Speicher AR

3.- 8. Februar 2020 in Diano Marina am Meer  
(siehe Foto)

Angeboten werden Kurse für Anfänger/innen und Fortgeschrittene.

## SAMSTAG

Kursort: ACCU, Otto-Schütz-Weg 9, 8050 Zürich

7./14./28. September • 12./26. Oktober

9./16./30. November • 7./21. Dezember

10 - 11 Qi Gong AK

CHF 170 für 10er Abo / 20 für 1 Lekt.

21. September • 19. Oktober • 23. November

14. Dezember

9 – 9.50 Meditation & Selbstmassage AK

CHF 170 für 10er Abo / 20 für 1 Lekt.

Das Chi Kung Abo gilt für diesen Kurs

10 – 11 Pushhands AK

CHF 20 pro Lektion

11 – 12 Fightingform AK

CHF 20 pro Lektion

Kurse in grün = keine Vorkenntnisse nötig.

## SONNTAG

Diese Kurse finden in der Turnhalle Landhaus statt.

Kursort: Turnhalle, Landhausstrasse, 9053 Teufen

Mit der Appenzellerbahn sind es ab St.Gallen HB

10 Minuten nach Teufen.

Gratisparkplätze gibt es direkt neben der Turnhalle.

18. August • 15. September • 27. Oktober

17. November • 15. Dezember

10 – 11 Formkorrektur/vertiefung in Teil 1 GE

CHF 30 pro Lektion

11 – 12 Formkorrektur/vertiefung in Teil 2 GE

CHF 30 pro Lektion

12 – 13 Formkorrektur/vertiefung in Teil 3 GE

CHF 30 pro Lektion

Versicherung ist Sache der Teilnehmer/innen

## LEHRERINNEN UND LEHRER

Guido Ernst GE Tel 076 581 42 90

Oerlikon/Speicher g.ernst@itcca.ch

Andreas Keller AK Tel 079 327 65 99

Oerlikon a.keller@itcca.ch

Beatrice Streuli BS Tel 076 367 15 30

Oerlikon b.streuli@itcca.ch

Andrea Caduff AC Tel 079 396 12 63

Wiedikon a.caduff@itcca.ch

Reto Suhner RS Tel 076 321 08 94

Aussersihl r.suhner@itcca.ch

Bei Fragen zu Kursen bitte die betreffende Kursleitung direkt kontaktieren.

## GUT ZU WISSEN

Wer während des Jahres in einen Kurs einsteigen möchte, sollte sich vorher telefonisch oder per Email direkt bei der betreffenden Kursleitung melden.

Qi Gong Abos gelten für alle Qi Gong Kurse, sowie auch für die Meditation und Selbstmassage.

Während den Weihnachtsferien vom 23. Dezember bis 5. Januar finden keine Kurse statt.

Wer regelmässig Tai Chi übt, wird beweglich wie ein Kind, gesund wie ein Holzfäller und gelassen wie ein Weiser

