

TAI CHI CHUAN

KURSPROGRAMM ZÜRICH/TEUFEN

AB JANUAR 2020

01.02.20



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 6. Januar – 6. Juli

Kursort: Reformiertes Kirchgemeindehaus
Baumackerstrasse 19, 8050 Zürich

14 - 15 Formvertiefung II GE
CHF 660 25 Lektionen

15 - 16 Formkorrektur GE
CHF 660

18 - 19 Halsspirale GE
CHF 660

19 - 20 Formvertiefung III GE
CHF 660

20 - 21 Schwert-Vertiefung GE
CHF 750

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

19 – 20 Qi Gong AK
13./27. Januar, 10./24. Februar,
9./23. März + bis Juli nach Anfrage
CHF 170 10er Abo / 20 für 1.Lekt.

20 - 21 Form Teil 1 für Anfänger/innen AK
13. Januar - 30. März
CHF 260 für 12 Lektionen

DIENSTAG 7. Januar – 7. Juli

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

Ausfalldaten: 11./18. Februar

11.45 – 12.35 Qi Gong BS
CHF 170 10er Abo

19.00 – 19.50 Qi Gong BS
CHF 170 10er Abo / 20 für 1.Lekt

Kurse in grün = keine Vorkenntnisse nötig

Tai Chi ist theoretisch rein philosophisch, seine
Methode dafür praktisch wissenschaftlich.

DIENSTAG 7. Januar – 7. Juli

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

18.30 – 19.30 Chi Form Basis + Chi Form AK
CHF 620 27 Lektionen

19.30 – 20.30 Form Teil 2 AK
7. Januar – 5. Mai
CHF 380 18 Lektionen

MITTWOCH 8. Januar – 8. Juli

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

Ausfalldatum: 10. Juni

18.30 – 19.30 Form Teil 3 AK
8. Januar – 25. März
CHF 260 12 Lektionen

19.30 – 20.30 Formkorrektur + Yin Yang Form AK
CHF 580 26 Lektionen

Kursort: Kirchgemeindehaus, Bühlstr. 9, 8055 ZH

Ausfalldaten: 5./12./19. Februar, 15./22. April

18.15 – 19.15 Form Teil 3 ab 1. Schlange AC
8. Januar – 25. März
CHF 260 12 Lektionen

19.15 – 20.15 Form Teil 1 ab 1. Gitarre AC
8. Januar – 25. März
CHF 260 12 Lektionen

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

DONNERSTAG 9. Januar – 9. Juli

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

17 - 18 Qi Gong AK

Kursdaten 9./23. Januar, 6./20. Februar
5./19. März + bis Juli nach Anfrage
CHF 170 für 10er Abo / 20 pro Lektion

Ausfalldatum: 11. Juni

18 - 19 Formkorrektur für Wiedereinsteiger AK
9. Januar – 26. März
Preis je nach Kurseinstieg

19 - 20 Kniespirale + Formvertiefung AK
CHF 650 26 Lektionen

20 - 20.30 Qi Gong, die 6 Stellungen AK
9. Januar – 13. Februar
CHF 70 6 Lektionen

FREITAG 10 Januar – 10 Juli

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

Ausfalldatum: 7. Februar

09 - 10 Yin Yang Form RS
CHF 560 25 Lektionen

10 - 11 Form Teil 1 für Anfänger/innen RS
10. Januar – 27. März
CHF 260 12 Lektionen

11 - 12 Form Teil 2 ab Fächer RS
10. Januar – 3. April
CHF 260 12 Lektionen

GEMISCHTE DATEN

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

Thema Schwert-Formkorrektur und Aufbau AK

Montag 2. März von 19-20 Uhr

Samstag 11./18. Jan • 1./15. Feb • 21. März
4./18. April • 9./30. Mai • 6./20. Juni
4. Juli jeweils von 9-10 Uhr

Kosten CHF 390 13 Lektionen

Kurse in grün = keine Vorkenntnisse nötig.

SAMSTAG

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

Daten für Qi Gong:

11./18. Januar • 1./15./22. Februar • 7./14./21. März
4./18. April • 2./9./23. Mai • 6./20. Juni • 4. Juli

10 - 11 Qi Gong AK
CHF 170 für 10er Abo / 20 für 1 Lekt.

Daten für Meditation + Selbstmassage:

7. März • 2. Mai + bis Juli nach Anfrage

11 - 11.50 Meditation & Selbstmassage AK
CHF 170 für 10er Abo / 20 für 1 Lekt.
Das Qi Gong Abo gilt auch für diesen Kurs

Daten für Pushhands + Fightingform:

25. Januar • 29. Februar • 28. März • 25. April
16. Mai • 27. Juni

10 - 11 Pushhands AK
CHF 20 pro Lektion

11 - 12 Fightingform AK
CHF 20 pro Lektion

Kurse in grün = keine Vorkenntnisse nötig.

FERIENKURSE



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

3.- 8. August in Speicher AR

Angeboten werden Kurse für Anfänger/innen und Fortgeschrittene. Mehr Infos unter: www.itcca.ch

SONNTAG

Diese Kurse finden in Teufen AR statt.

Kursort: Turnhalle Landhausstrasse, 9053 Teufen

12. Januar • 9. Februar • 8. März • 5. April • 3. Mai
7. Juni • 5. Juli

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

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 bei der betreffenden Kursleitung melden.

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

Während den Sommerferien vom 13. Juli – 16. August finden keine Kurse statt, ausser die Ferienkurse in Speicher im Appenzell vom 3.- 8. August.



TAI CHI
CHUAN

