

Übungsleiter

Das Training wird von lizenzierten Übungsleitern des DOSB geleitet. Unsere Übungsleiter bilden sich regelmäßig fort und qualifizieren sich durch Lehrgänge bei unterschiedlichen Vereinen, Verbänden und Lehrern bezüglich der chinesischen Kampfkunst.

Kontakt

www.taiji-koblenz.de
www.wushu-koblenz.de
kontakt@taiji-koblenz.de



Kurse

In regelmäßigen Abständen bieten wir zusätzliche Kurse für Anfänger, Waffenformen und zur Vertiefung vorhandener Kenntnisse an. Das aktuelle Kursprogramm finden Sie auf unserer Homepage.

Club für chin. Kampf und Bewegungskunst e.V.



Wushu
Taiji
Fitness
Schwert
Bewegen
Entspannen

Wushu

Unser Verein fördert und pflegt die modernen chinesischen Kampf- und Bewegungskünste. Wushu bedeutet übersetzt „Kampf- bzw. Kriegskunst“

Unsere Trainingsschwerpunkte sind zur Zeit:

- Basisübungen und Formen aus unterschiedlichen Stilen des Wushu
- Chinesisches Schwertfechten
- Taijiquan
- Taiji mit Waffen (Schwert)

Gleichberechtigt neben der chinesischen Kampf- und Bewegungskunst fördern wir die sportlichen Grundfähigkeiten beispielsweise mit:

- Herz-/Kreislaufübungen
- funktionalem Krafttraining
- Stretching
- Reaktions- und Gleichgewichtsübungen

Taiji (Taijichuan)

Tai Ji (TaiChi) ist eine alte chinesische Kampfkunst. Sie beinhaltet Elemente zur Gesundheits- und Lebenspflege sowie der Kampfkunst und wird heute weltweit von mehreren Millionen Menschen praktiziert. Wir üben zur Zeit die vom Nationalsportkomitee der VR China offiziell festgelegten Standardformen:

- 24er Pekingform
- 32er Schwertform
- 42er Wettkampfform

Chinesisches Schwertfechten

In der chinesischen Kampfkunst hat der Umgang mit dem Schwert eine lange Tradition. Schwertformen finden sich in den unterschiedlichsten Stilrichtungen wie z. B. im Taiji, Tang Lang und Wudang.

Wir trainieren eine aus dem Tang Lang Stil abgeleitete Schwertkunst.

Trainingszeiten

Unsere Trainingsstunden sind (außer in den Ferien):

Mittwoch:

Goetheschule in KO-Lützel, Brenderweg 123

18.00 bis 20.00 Uhr:

Wushu, Chin. Schwertfechten

Donnerstag:

Görres-Gymnasium (Innenstadt, Eingang Schanzenpforte)

18.00 bis 20.00 Uhr:

Taiji

Ein Probetraining ist in Absprache mit den Übungsleitern jederzeit möglich.