



Buddha – Halle (1. OG)						
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
10:00-11:00	Tai Chi Chen	Tai Chi Yang	Tai Chi Chen	Tai Chi Yang	Tai Chi Chen	Zeremonie*
11:00-12:00	Kung Fu	Kung Fu		Kung Fu	Kung Fu Anfänger	Kung Fu Anfänger Jugendliche und Erwachsene
12:00-13:00						San Da
13:00-14:00						Kung Fu Kinder Anfänger
16:00-17:00	Kung Fu Kinder		Kung Fu Kinder		Kung Fu Kinder	
17:00-18:00	Tai Chi Anfänger	Tai Chi Chen	Selbstverteidigung	Tai Chi Chen	Tai Chi Anfänger	
18:00-19:00	Kung Fu	Kung Fu	Kung Fu	Kung Fu	Kung Fu	
19:00-20:00	Kung Fu Anfänger	Tai Chi Chen	Kung Fu Anfänger	Tai Chi Chen	Showteam	
20:00-21:00						

Damo – Halle (Erdgeschoss)						
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
11:00-12:00	Qi Gong	Qi Gong	Qi Gong	Qi Gong* mit Beschädigtenausweis	Qi Gong	Tai Chi Yang Anfänger
12:00-13:00						Qi Gong Anfänger
13:00-14:00						Tai Chi Chen Anfänger
16:00-17:00	Qi Gong Anfänger	Chan-Meditation und Qi Gong sitzen	Qi Gong Anfänger	Chan-Meditation und buddhistische Lehre	Chinesisch Unterricht (10 €)	
17:00-18:00	Kung Fu Jugendliche	Kung Fu Kinder	Kung Fu Jugendliche	Kung Fu Kinder	Kung Fu Jugendliche	
18:00-19:00	Qi Gong	Qi Gong	Qi Gong	Qi Gong	Qi Gong	
19:00-20:00	Tai Chi Yang Anfänger	San Da	Tai Chi Yang	San Da	Tai Chi Yang Anfänger	

- * kostenloses Angebot
- Kinder: 5 – 11 Jahre
- Jugendliche: 12 – 16 Jahre

Wer andere kennt ist klug,
Wer sich selber kennt ist weise,
Wer andere besiegt hat Kraft,
Wer sich selbst besiegt ist unbesiegbar.