

Sommertrainingslager 2019

mit **Großmeister Chen Shi Hong**

"Qi Gong, Wushu und Taijiquan für Anfänger und Fortgeschrittene"

Andau: 2.-7.7.2019 Brno (CZ): 10.-14.7.2019



Programm

Taijiquan im Chen Stil

Alter Rahmen 1. Form, Neuer Rahmen 1. Form, Neuer Rahmen 2. Form,
18 Bewegungen, 38 Bewegungen, Fächer-Form, Schwert-Form, Push Hands
mit **Großmeister Chen Shi Hong**

Qi Gong

1000 Jahre Qi-Gong für die Gesundheit, 13 Qi-Gong-Taiji-Übungen, 8 Schätze
mit **Großmeister Chen Shi Hong**

Wushu

18 Bewegungen des Shaolin, 5-Tiere Formen, Langboxen, Fächer, Säbel,
Gottesanbeterin, Stock Partnerform, Sanda
mit **Großmeister Chen Shi Hong**

Das Training findet in parallelen Übungsgruppen statt.

Das Sommertraining in Zahlen

ANDAU (Österreich, Burgenland):

<u>Zeitraum</u>	<u>Preise</u>	<u>(ACWA)</u>
1 Tag	€ 70,--	(€ 65,--)
2 Tage	€ 130,--	(€ 120,--)
3 Tage	€ 160,--	(€ 150,--)
Montag bis Freitag	€ 230,--	(€ 220,--)
Montag bis Sonntag	€ 325,--	(€ 310,--)

Trainingsbeginn: Montag, 17.07. um 6:30 Uhr
Treffpunkt: Badensee Andau um 6:30 Uhr
Trainingszeiten: 6:00 - 7:45, 10:00 - 12:00 und 16:00 - 18:00 Uhr
Trainingsende: Sonntag, 23.07. um 12:00 Uhr

Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen



Brno (Tschechien):

<u>Zeitraum</u>	<u>Preise</u>
1 Tag	CZK 1.000,--
2 Tage	CZK 1.800,--
3 Tage	CZK 2.400,--
4 Tage	CZK 2.800,--
5 Tage	CZK 3.200,--

Trainingsbeginn: Mittwoch, 10.7. um ? Uhr
Treffpunkt: ?
Trainingszeiten: ?
Trainingsende: Sonntag, 14.7. um ? Uhr

Weitere Organisation

Andau:

Anreise mit dem Auto:

Wien - A 4 Richtung Budapest - Abfahrt Mönchhof - Halbturn – Andau

Unterkunft:

Scheiblhofer GesnbR

Halbturnerstr. 1, 7163 Andau
Tel: 02176 2610 (3,37 km)

Richard Hautzinger

Obere Hauptstr. 28, 7162 Tadten
Tel: 02176 2253 (5,76 km)

Josef Lang

Tadtenerstr. 18, 7161 St. Andrä am Zicksee
Tel: 02176 2360 (7,22 km)

Ferienhaus Aura - Scarlet Binder

Kirchengasse 30, 7161 St. Andrä am
Zicksee
Tel: 02176 3835

Johann Pöplitsch

Haydngasse 1, 7162 Tadten
Tel: 02176 2393 (3,73 km)

Ferienparadies Westhof

Westhof, 7161 St. Andrä am Zicksee
Tel: 02176 2101 (6,65 km)

Ferienhaus Plank . Renate Plank

Wienerstr. 14, 7161 St. Andrä am Zicksee
Tel: 02686 2972 (7,31 km)

Wir bitten Euch, Eure Unterkünfte rechtzeitig selber zu Organisieren.

Brno:

Anreise mit dem Auto:

???



Wetter:

Das Training findet auch bei Schlechtwetter statt.
In diesem Fall Großmeister Chen Shi Hong
kontaktieren!

Anmeldung: ab sofort

bei Großmeister Chen Shi Hong:

Tel: 0699 1 081 42 57

oder bei Paris Lainas:

E-Mail: lainas@chello.at