

Alexis Heimann Body-Mind-Program

Wöchentliche Kurse 2020 in Basel

Montag

18.00 bis 19.30

Qi-Gong ‹Die Götter spielen in den Wolken›

20.00 bis 21.00

Baguazhang ‹Einführungskurs: Der einfache Handwechsel›

Dienstag

12.30 bis 13.30

Qi-Gong ‹Die Vereinigung von Himmel und Erde›

18.00 bis 19.30

Qi-Gong ‹Das Öffnen der Energietore›

19.30 bis 21.00

Tai-Chi ‹Die Langform des Wustils›

Donnerstag

09.30 bis 10.30

Qi-Gong&Baguazhang ‹Die 4 ersten Handwechsel›

12.30 bis 13.30

Tai-Chi ‹Die Kurzform des Wustils›

18.00 bis 19.30

Qi-Gong ‹Drachen und Tiger›

19.30 bis 21.00

Tai-Chi ‹Die Langform des Wustils›

Qi-Gong-Tage 2020

19./20. September

‹Die Vereinigung von Himmel und Erde›

14./15. November

‹Die Götter spielen in den Wolken›

Baguazhang-Abende 2020

Jeweils am Freitag an folgenden Daten von 18.00 bis 20.30 Uhr

18. September

13. November

Tai Chi Woche 2021

5. bis 9. Juli

Die Langform des Wustils

Form und Anwendungen