

Wochenplan

weekly schedule



道中心柏林
DAOzentrum BERLIN

Martin Neumann

www.daozentrum.berlin

0177 578 55 81

	Montag <i>Monday</i>	Dienstag <i>Tuesday</i>	Mittwoch <i>Wednesday</i>	Donnerstag <i>Thursday</i>	Freitag <i>Friday</i>
08 ⁰⁰			8 ⁰⁰ -8 ⁵⁵ E-F Qi Gong/Tai Chi Tsao		
09 ⁰⁰		9 ⁰⁰ -10 ¹⁵ E-F Qi Gong/Tai Chi Tsao	9 ⁰⁰ -10 ¹⁵ A-F Tai Chi Chuan		9 ⁰⁰ -10 ³⁰ F Tai Chi Chuan
10 ⁰⁰			Kurz- und Langform		Form und Funktion
11 ⁰⁰					
12 ⁰⁰					
13 ⁰⁰					
14 ⁰⁰					
15 ⁰⁰					
16 ⁰⁰					
17 ⁰⁰					17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
18 ⁰⁰	18 ⁰⁰ -18 ⁵⁵ E-F Qi Gong/Tai Chi Tsao			17 ³⁰ -18 ²⁵ E-F Qi Gong/Tai Chi Tsao	EXTRAtraining ca. einmal im Monat mit speziellem Fokus
19 ⁰⁰	19 ⁰⁰ -19 ⁵⁵ A-F Tai Chi Kurzform			18 ³⁰ -19 ⁴⁵ A-F Tai Chi Chuan	
20 ⁰⁰	20 ⁰⁰ -21 ³⁰ F Tai Chi Langform /			20 ⁰⁰ -21 ³⁰ A-F Tui Shou/Push Hands	
21 ⁰⁰	Schwert				

E ... Einstieg / Access

A ... AnfängerInnen / Beginners

F ... Fortgeschrittene / Advanced