

Wochenplan

weekly schedule



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	9 ⁰⁰ -10 ⁰⁰ A-F		9 ⁰⁰ -10 ³⁰ F
		Qi Gong/Tai Chi Tsao	Tai Chi Chuan		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
	17 ³⁰ -18 ²⁵ E			17 ³⁰ -18 ²⁵ E-F	EXTRA training
18 ⁰⁰	Qi Gong/Tai Chi Tsao			Qi Gong/Tai Chi Tsao	ca. einmal im Monat mit speziellem Fokus
	18 ³⁰ -20 ⁰⁰ A-F			18 ³⁰ -19 ⁴⁵ A-F	
19 ⁰⁰	Tai Chi Tsao und Kurzform			Tai Chi Chuan Kurz- und Langform	ASSISTENZ training
20 ⁰⁰	20 ⁰⁰ -21 ³⁰ F			20 ⁰⁰ -21 ³⁰ A-F	einmal im Monat Training für AssistenInnen
	Yi Jing Gong und Tai Chi Langform			Tui Shou/Push Hands	
21 ⁰⁰					

E ... Einstieg / Access

A ... AnfängerInnen / Beginners

F ... Fortgeschrittene / Advanced