

Wochenplan weekly schedule



DAO
ZENTRUM BERLIN

Martin Neumann

www.daozentrum.berlin

0177 578 55 81

| | Montag Monday | Dienstag Tuesday | Mittwoch Wednesday | Donnerstag Thursday | Freitag Friday |
|------------------|--|--|--|--|---|
| 08 ⁰⁰ | | 8 ⁰⁰ -8 ⁵⁵ A-F Qi Gong / Tai Chi Tsao | 8 ⁰⁰ -9 ⁰⁰ E-F Qi Gong / Tai Chi Tsao | | |
| 09 ⁰⁰ | | 9 ⁰⁰ -10 ⁰⁰ A-F Kurz- und Langform | | | 9 ⁰⁰ -10 ³⁰ F Tai Chi Chuan Form und Funktion |
| 10 ⁰⁰ | | | | | |
| 11 ⁰⁰ | | | | | |
| 12 ⁰⁰ | | | | | |
| 13 ⁰⁰ | | | | | Assistenztraining ca. 1x im Monat Training für AssistenInnen |
| 14 ⁰⁰ | | | | | |
| 15 ⁰⁰ | | | | | |
| 16 ⁰⁰ | | | | | |
| 17 ⁰⁰ | | | | | 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ |
| | 17 ³⁰ -18 ²⁵ E | | | 17 ³⁰ -18 ²⁵ E-F | Extratrainning ca. 6x im Jahr mit speziellem Fokus |
| 18 ⁰⁰ | Qi Gong / Tai Chi Tsao | | | Qi Gong / Tai Chi Tsao | |
| | 18 ³⁰ -19 ⁵⁰ A-F | | | 18 ³⁰ -19 ⁵⁰ A-F | |
| 19 ⁰⁰ | Tai Chi Tsao und Kurzform | | | Kurzform, Langform und San Shou | |
| 20 ⁰⁰ | 20 ⁰⁰ -21 ³⁰ F | | | 20 ³⁰ -21 ³⁰ F | |
| | Yi Jing Gong, Tai Chi | | | Tui Shou und | |
| 21 ⁰⁰ | Lang- und Säbelform | | | San Shou | |

E ... Einstieg / Access A ... AnfängerInnen / Beginners F ... Fortgeschrittene / Advanced

Mittwochmorgen unterrichtet Susanne Bartnik, alle weiteren Trainingszeiten Martin Neumann

Start Februar 2020