

Alexis Heimann Body-Mind-Program

Wöchentliche Kurse 2018 in Basel

Montag

18.00 bis 19.30 Qi-Gong ‹Drachen und Tiger›
19.30 bis 21.00 Die Kraft der Hingabe

Dienstag

12.30 bis 13.30 Qi Gong ‹Die Götter spielen in den Wolken›
18.00 bis 19.30 Qi-Gong ‹Baguazhang, die 8 Grundenergien›
19.30 bis 21.00 Tai-Chi ‹Die Langform des Wustils›

Donnerstag

09.30 bis 10.30 Qi-Gong ‹Baguazhang Kreise und Spiralen›
12.30 bis 13.30 Tai-Chi ‹Die Kurzform des Wustils›
18.00 bis 19.30 Qi-Gong ‹Wasser und Feuer›
19.30 bis 21.00 Tai Chi ‹Die Langform des Wustils›

Qi-Gong-Tage 2018

20. Januar ‹Baguazhang und die acht Grundenergien›
3. Februar ‹Das Bewegungsritual›
10. März ‹Das Öffnen der Energietore›
20./21. April ‹Drachen und Tiger›
5./6. Mai ‹Drachen und Tiger und die 8 ausserordentlichen Meridiane›
9./10. Juni ‹Die Vereinigung von Himmel und Erde›

Baguazhang-Abende 2018

Jeweils am Freitag an folgenden Daten von 18.00 bis 20.00 Uhr
19. Januar 2. Februar 9. März. 19. April 4. Mai 8. Juni

Tai Chi Wochen 2018

2. bis 6. Juli Die Langform des Wustils