

# Taiji-Übungstreffen (Taijiquan, Qigong und Zen)

Die gemeinsamen Übungs-Treffen mit Taiji-Freunden und –Freundinnen verstärken und stabilisieren das eigenständige Üben.

**Treffen in den Kurspausen:** Die Übungsgruppen treffen sich auch in den „Kurspausen“ der wöchentlichen Kurse (über Ostern, Sommer und Weihnachten) zum eigenständigen Üben. Des Weiteren findet einmal im Jahr ein **freies Übungswochenende** statt, kostenlos angeleitet von fortgeschrittenen Schüler/innen, es entstehen nur Raumkosten.

Ein weiterer Baustein ist die preiswerte **Taiji-Pfingst-Werkstatt**, die alle zwei Jahre im Haus Ohrbeck stattfindet. Das besondere Werkstatt-Konzept ist offen für alle Interessierte: Die über 30 Workshops, Vorträge und Arbeitskreise werden von erfahrenen Taiji-Lehrer/innen und Ausbilder/innen angeleitet. Zudem gibt es im Wechsel zu Pfingsten alle zwei Jahre ein preiswertes **Treffen für T'ai-Kursleiter und –Lehrer**, in dem Unterrichtserfahrungen reflektiert und ausgetauscht werden können und das Übungsgut vertieft werden kann.

Das „**Wir-Gefühl**“ der Gemeinschaft fördert die eigene Lebenskraft und setzt die Energie frei, den Sinn des Taiji- und Zen-Übungsweges zu pflegen und zu vertiefen und ihn auch in unsere Gesellschaft zu tragen: Im Dienst von mehr Gegenwärtigkeit und Bewusstheit im Alltag und mitten in der Welt.

**Termine für die Übungs-Treffen und zu Pfingsten siehe unter:**  
[www.ost-west-spirit.de/Taiji-Dao/Termine](http://www.ost-west-spirit.de/Taiji-Dao/Termine)

**Fotogalerie zur Taiji-Pfingst-Werkstatt siehe unter:**  
[www.ost-west-spirit.de/Taiji-Dao/Pfingst-Werkstatt](http://www.ost-west-spirit.de/Taiji-Dao/Pfingst-Werkstatt)