

# TAI CHI CHUAN

KURSPROGRAMM ZÜRICH/SPEICHER

BIS JULI 2018

14.04.18



TAI CHI CHUAN



ITCCA · BRANCH OF GENEVA · ZÜRICH  
International Tai Chi Chuan Association

Kontaktadressen  
Siehe Rückseite  
www.itcca.ch · info@itcca.ch

Baden · Bellinzona · Bern · Frauenfeld · Genf · Kreuzlingen  
Lenzburg · Meilen · Olten · St.Gallen · Speicher AR · Uetikon  
Uster · Wetzikon · Widnau · Wil SG · Zürich

## MONTAG 8. Januar – 9. Juli

Kursort: Reformiertes Kirchgemeindehaus  
Baumackerstrasse 19, 8050 Zürich

Ausfalldatum: 23. April

14 - 15	5 Vitamine ab Teil 2 CHF 630 24 Lektionen	GE
15 - 16	Schwert Formkorrektur 26. Februar – 9. Juli CHF 540 18 Lektionen	GE
18 - 19	In & out der Armspirale CHF 630	GE
19 - 20	Palm & finger+Fundament CHF 630	GE
20 - 21	Schwert-Vertiefung CHF 750	GE

## DIENSTAG 9. Januar – 10. Juli

Kursort: Streuli+Partner, Oleanderstr. 14, 8050 ZH

09 – 10	Formkorrektur 16. Januar – 17. April CHF 280 12 Lektionen	BS
11.30 – 12.20	Chi Kung CHF 170 10er Abo / 20 für 1 Lekt.	BS
19 – 19.50	Chi Kung CHF 170 10er Abo / 20 für 1.Lekt	BS

Das System der natürlichen Gesundheit beinhaltet Übungen, deren Ziel es ist, den Menschen die Kunst der Bewegung im Zustand der Entspannung zu lehren.

## DIENSTAG 9. Januar – 10. Juli

Kursort: ACCU, Otto-Schütz-Weg 9, 8050 Zürich

18.15 – 19.15	Form Teil 3 9. Januar – 3. April CHF 260 12 Lektionen	AK
19.15 – 20.15	Form Teil 1 für Anfänger/innen 3. April – 19. Juni CHF 260 12 Lektionen	AK

## MITTWOCH 3. Januar – 11. Juli

Kursort: ACCU, Otto-Schütz-Weg 9, 8050 Zürich

Ausfalldatum: 23. Mai

18.30 – 19.30	Form Teil 2 29. November – 4. April CHF 380 18 Lektionen	AK
19.30 – 20.30	Zentrum 3. Januar – 11. Juli CHF 650 27 Lektionen	AK

Kursort: Streuli+Partner, Oleanderstr. 14, 8050 ZH

18.15 – 19.15	Yin-Yang 17. Januar – 18. April CHF 300 12 Lektionen	BS
---------------	--	----

Kursort: Kirchgemeindehaus, Bühlstr. 9, 8055 ZH

Ausfalldaten: 25. April · 2. Mai · 13. Juni

18 – 19	Form Teil 1 10. Januar – 18. April CHF 260 12 Lektionen	AC
---------	---	----

Wer regelmässig Tai Chi übt, wird beweglich wie ein Kind, gesund wie ein Holzfäller und gelassen wie ein Weiser.

## DONNERSTAG 4. Januar – 12. Juli

Kursort: ACCU, Otto-Schütz-Weg 9, 8050 Zürich

Ausfalldaten: 10. Mai • 14. Juni

17 - 18	Übungsstunde <b>Anmeldung erforderlich</b> CHF 20 pro Lektion	AK
18 - 19	Formkorrektur Teil 1 4. Januar – 3. Mai CHF 380 18 Lektionen	AK
19 - 20	Chi Form CHF 600 26 Lektionen	AK
20 - 21	Chi Form Basis CHF 600 26 Lektionen	AK

## FREITAG 12. Januar – 13. Juli

Kursort: Hardau, Forum, Bullingerstr. 63, 8004 Zürich

Ausfalldaten: 25. Mai • 6. Juli

9 – 10	<b>Form Teil 1 für Anfänger/innen</b> 23. März – 22. Juni CHF 260 12 Lektionen	RS
10 – 11	Form Teil 2 20. April – 28. September CHF 380 18 Lektionen	RS

Tai Chi ist theoretisch rein philosophisch, seine Methode dafür praktisch wissenschaftlich.

## SAMSTAG Daten gemäss Kurse

Kursdaten für die zwei untenstehenden Kurse:  
6./20.27. Januar • 3./10.24. Februar • 3./10. März  
7./14./21. April • 5./12./19. Mai • 9./23./30. Juni

Kursort: ACCU, Otto-Schütz-Weg 9, 8050 Zürich

10 - 11 **Chi Kung** AK + KR  
CHF 170 für 10er Abo / 20 für 1 Lekt.

## SAMSTAG Daten gemäss Kurse

Kursdaten für die vier untenstehenden Kurse:  
13. Januar • 17. Februar • 17. März • 28. April  
2. Juni • 7. Juli

Kursort: ACCU, Otto-Schütz-Weg 9, 8050 Zürich

09 – 10	Formkorrektur/Yin-Yang CHF 30 pro Lektion	AK
10 – 10.45	<b>Meditation &amp; Selbstmassage</b> CHF 170 für 10er Abo / 20 für 1 Lekt.	AK
Das Chi Kung Abo gilt auch für diesen Kurs		
10.45 – 11.30	Pushhands CHF 15 pro Lektion	AK
11.30 – 12.30	Fightingform CHF 20 pro Lektion	AK
Zusätzlich, 14. April 11-12 Uhr, 17. Mai 17-18 Uhr 09. Juni 11-12 Uhr		

## GUT ZU WISSEN

Wer während des Jahres in einen Kurs einsteigen möchte, sollte sich vorher telefonisch oder per Email direkt bei der betreffenden Kursleitung melden.  
Chi Kung Abos gelten für alle Chi Kung Kurse.  
Während den Sommerferien vom 16. Juli – 19. August finden keine Kurse statt.

Kurse in grün = keine Vorkenntnisse nötig.

## LEHRERINNEN UND LEHRER

Guido Ernst	GE	Tel 076 581 42 90 g.ernst@itcca.ch
Oerlikon/Speicher		
Andreas Keller	AK	Tel 079 327 65 99 a.keller@itcca.ch
Oerlikon		
Beatrice Streuli	BS	Tel 076 367 15 30 b.streuli@itcca.ch
Oerlikon		
Katharina Rähmi	KR	Tel 079 223 80 31 k.raehmi@itcca.ch
Oerlikon		
Andrea Caduff	AC	Tel 079 396 12 63 a.caduff@itcca.ch
Wiedikon		
Reto Suhner	RS	Tel 076 321 08 94 r.suhner@itcca.ch
Aussersihl		
Bei Fragen zu Kursen bitte direkt die betreffende Kursleitung kontaktieren.		

## SONNTAG

Diese Kurse finden in Speicher AR statt.

Kursort: Ober Bendlehn 31, 9042 Speicher

7. Januar • 11. Februar • 4. März • 8. April  
6. Mai • 3. Juni • 8. Juli

09 – 9.45	<b>Meditation &amp; Selbstmassage</b> CHF 20 pro Lektion	GE
10 – 11	Formkorrektur/vertiefung in Teil 1 CHF 30 pro Lektion	GE
11 – 12	Formkorrektur/vertiefung in Teil 2 CHF 30 pro Lektion	GE
12 – 13	Formkorrektur/vertiefung in Teil 3 CHF 30 pro Lektion	GE



TAI CHI  
CHUAN

