

Tai Ji Quan

Angebot für

Bisheriges Studienmodell > Musik > Semesterkurse > Musikalische Praxis > Körperwahrnehmung

Nummer und Typ	DMU-WKMP-4403.21H.001 / Moduldurchführung
Modul	Tai Ji Quan
Veranstalter	Departement Musik
Leitung	Martina Bovet
Minuten pro Woche	60
ECTS	1 Credit
Lehrform	Gruppenforum
Lernziele / Kompetenzen	Stärkung, Beweglichkeit, Konzentration und Körperhaltung.
Inhalte	19-er Form von Chen Xiao Wang aus der Chen-Familie. Die vorbereitenden Qi-Gong-, Atem- und Bewegungs-Übungen und das Lernen einer Form dieser alten chinesischen Heilkunst verfeinern unsere Wahrnehmung für Bewegungsabläufe, Spannung und Entspannung, Atmung und Energiefluss, Raum und Präsenz. Sie unterstützen unsere spezialisierte, anspruchsvolle Arbeit und ermöglichen innere Ruhe, wenn es stürmt. Meister Chen Xiao Wang und sein Sohn Chen Jun sind 2-4 Mal im Jahr in der Schweiz. Es besteht die Möglichkeit diese und andere Formen des Chen-Stiles bei seinen Schülern und Schülerinnen weiter zu lernen.
Termine	Mittwoch, 08.30 bis 09.30 ab 22.09.2021 gerne Raum 6.K14, Schulmusik-Raum im 7. Stock oder ähnliches
Bewertungsform	bestanden / nicht bestanden
Bemerkung	4403