

Kursplan 2026 | Wintersemester 2026

04. Februar bis 27. Juni 2026

Uhrzeit	Freitag	Samstag
10:00 - 11:00 Uhr		Qigong Energiearbeit 07.02. - 20.06.26
11:15 - 12:15 Uhr		Aufbaukurs Form Teil B 07.02. - 20.06.26
12:30 - 13:30 Uhr		Tuishou Partnerarbeit 07.02.- 20.06.26
17:00 - 18:00 Uhr	Anfängerkurs Form Teil A 06.02. - 19.06.26	
18:15 - 19:15 Uhr	Schnupperkurs Grundlagen 06.02. - 27.03.26	

*Unterrichtsfreie Zeit : 30.03. - 12.04.2026 Osterferien | 15.05. - 16.05.2026 Christi Himmelfahrt

Anfängerkurse	Beginn	Ende	Kursgebühr	Dauer
Schnupperkurs Grundlagen	Freitag, 6.2.2026	Freitag, 27.3.2026	120,00 €	8 Std.
Anfängerkurs Form Teil A	Freitag, 6.2.2026	Freitag, 19.6.2026	240 € oder 2 x 120 €	16 Std.

*Newer Kurs: Schnupperkurs
Taiji Basics wird Anfängerkurs Form Teil A*

Aufbaukurse	Beginn	Ende	Kursgebühr	Dauer
Aufbaukurs 01 Yang Stil Teil B	Samstag, 7.2.2026	Samstag, 27.6.2026	320 € oder 2 x 160 €	16 Std.

Die Formkurse werden ab Februar 2026 zusammengelegt und heißen Aufbaukurse.

Ergänzungskurse	Beginn	Ende	Kursgebühr	Dauer
Qigong Energiearbeit	Samstag, 7.2.2026	Samstag, 27.6.2026	288 € oder 2 x 144 €	16 Std.
Tuishou Partnerarbeit	Samstag, 7.2.2026	Samstag, 27.6.2026	288 € oder 2 x 144 €	16 Std.

Die Ergänzungskurse können nur die Teilnehmer der Anfänger- und Aufbaukurse buchen.

Anmeldung bis 31.01.26 unter info@tordeslebens.com

Bei Buchung von zwei und mehr Kursen gibt es 10% Rabatt!

Termine und Specials siehe Rückseite!

Termine

Schnupperkurs

Start:	06. Februar 2026
Kurszeiten:	Freitag, 18:15-19:15 Uhr
Umfang:	8 Stunden á 60 Min.
Termine:	06.02. 13.02. 20.02. 27.02. 06.03. 13.03. 20.03. 27.03.

Anfängerkurs

Start:	06. Februar 2026
Kurszeiten:	Freitag, 17:00-18:00 Uhr
Umfang:	16 Stunden á 60 Min.
Termine:	06.02. 13.02. 20.02. 27.02. 06.03. 13.03. 20.03. 27.03. 17.04. 01.05. 08.05. 22.05. 29.05. 12.06. 19.06. 26.06.

Aufbaukurs | Qigong | Tuishou

Start:	07. Februar 2026
Kurszeiten:	Samstag, 11:15-12:15 Uhr
Umfang:	16 Stunden á 60 Min.
Termine:	07.02. 14.02. 21.02. 28.02. 07.03. 21.03. 28.03. 18.04. 02.05. 09.05. 23.05. 30.05. 06.06. 13.06. 20.06 27.06

Specials

Workshop: Welt-Tai-Chi-Tag 2026

Lerne in diesem Workshop, wie du durch **Meditation** deinen Geist beruhigst und deine innere Balance stärkst. Mit **Selbstmassage-Techniken** aktivierst du deine Energie, löst Verspannungen und fühlst dich rundum vital.

Datum:	Sa, 24.04.26 10:00-13:00 Uhr
Ort:	Puremana
Preis:	Spendenbasis

Wochenendseminar: Innere Kraft im Taijiquan

Innere Kraft entsteht aus Entspannung, Struktur und klarer Ausrichtung. Sie ist nicht Muskelkraft, sondern eine ruhige, stabile Energie, die aus dem ganzen Körper fließt.

Datum:	Sa, 16.05.26 10:00-12:00 Uhr und So, 17.05.26 10:00-12:00 Uhr
Ort:	Puremana
Preis:	100,00€

Workshop: Daoistische Meditation und Selbstmassage

Lerne in diesem Workshop, wie du durch **Meditation** deinen Geist beruhigst und deine innere Balance stärkst. Mit **Selbstmassage-Techniken** aktivierst du deine Energie, löst Verspannungen und fühlst dich rundum vital.

Datum:	So, 07.06.26 10:00-12:00 Uhr
Ort:	Puremana
Preis:	50,00€