



›Forever Yang‹ mit Taiji: Tag der offenen Tür in der Frankfurter Taiji Akademie

Frankfurt am Main, 24. Januar 2018: ›Forever Yang: Beweglich – Gelassen – Stark‹ –unter diesem Motto lädt die Frankfurter Taiji Akademie am Sonntag, 4. Februar 2018, von 14 Uhr bis 18 Uhr zu einem kostenfreien Tag der offenen Tür ein. Die Taiji Akademie ist die älteste Taiji Schule Deutschlands und gewährt den Besuchern an diesem Tag einen spannenden Einblick in die Kampfkunst Taiji, basierend auf der authentischen chinesischen Familientradition des Yang-Stils. »Zwei Dinge helfen, um negativen Stress zu vermeiden: Bewegung und Entspannung. Beides zusammen verbindet das jahrtausendealte Taiji«, erklärt Meister Frieder Anders, Gründer und Leiter der Akademie.

Die langsam ausgeführten Bewegungsformen im Taiji fördern wissenschaftlichen Studien zufolge die mentale und körperliche Gesundheit; um dies erstmals zu spüren und ein Stück weit zu erahnen, stehen am Tag der offenen Tür neben Kurzvorträgen und Video-Vorführungen auch Taiji- und Qigong-Übungen auf dem Programm. Das freiwillige Testen der inneren Kraft und die individuelle Bestimmung des persönlichen Atemtyps werden den Gästen ebenfalls angeboten. »Zum Wesen des Taiji gehören sowohl traditionelle Regeln und allgemeine Vorgaben als auch Individualität und Veränderung. Deshalb lehren wir als einzige Einrichtung weltweit das klassische Taiji unter Berücksichtigung des individuellen Atemtyps«, betont Anders.

Die Veranstaltung findet statt in den Räumen der Taiji Akademie im Frankfurter Stadtteil Preungesheim in der Homburger Landstraße 120A, 60435 Frankfurt am Main. Der Eintritt sowie Getränke und Snacks sind kostenfrei. Im Rahmen einer Tombola können die Besucher Gutscheine für Taiji- und Qigong-Grundkurse sowie Fachbücher und DVDs gewinnen. Weitere Informationen über Taiji und die Akademie gibt es unter www.taijiakademie.de.

Über die Taiji Akademie

Die Taiji Akademie Frankfurt wurde 1980 von Frieder Anders gegründet (damals ›Taichi Schule‹) und ist die älteste Einrichtung in Deutschland, die sich praktisch und theoretisch mit der Kampfkunst und dem Atem im Taiji auseinandersetzt. Basierend auf der authentischen chinesischen Familientradition des Yang-Stils, ist die Akademie die einzige Einrichtung weltweit, an der das klassische Taiji unter Berücksichtigung des individuellen Atemtyps der Schüler und Schülerinnen gelehrt wird. Die Taiji Akademie ist zertifizierter Ausbilder von Taiji-Kursleitern und -Lehrern und in vielen Bundesländern als Anbieter von Veranstaltungen für Bildungsurlaub anerkannt. Zudem werden die angebotenen Kurse von den meisten Krankenkassen bezuschusst.

Pressekontakt:

Taiji Meister Frieder Anders
Taiji Akademie
Tel. +49 (0)69 727378
info@taijiakademie.de

Thomas Griffith
griffith pr
Tel. +49 (0)6172 137330
taiji-akademie@griffith-pr.de