



# Shayuquan

*Die experimentelle Taijiquan Schule*

**Workshop in Hamburg**

**22./23. Oktober 2022**

Mit Stilgründer Ömer Humbaraci.

## Was ist Shayuquan?

**Shayuquan** (Hai-Stil Taijiquan) entstand aus praktischen und theoretischen Forschungen des European Institute for Tai Chi Studies e.V. von 1993 und trägt dessen Forschungsgeist weiter. Formen und Techniken basieren auf Beobachtungen von physikalischen, physiologischen und psychosozialen Fakten und dem vertieften Studium der wichtigsten Klassiker des Taijiquan.

Hauptziel des Trainings ist, sensor- motorische Fähigkeiten (*Proprioception and position sense*) über das gewöhnliche Maß hinaus zu entwickeln. Im **Shayuquan** werden die inneren Techniken als Erstes vermittelt, genau nach der Methode des Urklassikers Taijiquan Jing. Verschiedene Solo- und Partnerformen dienen als Werkzeuge, um diese Techniken zu verfeinern und zu verinnerlichen.

Der Workshop ist für **experimentierfreudige Personen** gedacht, die ihr Wissen und Können in puncto innere Kampfkünste erweitern wollen, **nicht** für diejenigen, die sich für Gerangel interessieren.

## Thema des Workshops

**„der Körper, wie eine balancierte Waage“ (Wang Zong-Yue)**

Wir werden das Geheimnis des Ausweichens – eine Haupttechnik des Taijiquan - mit Solo- und Partnerformen lüften.

## Organisatorisches

**Samstag 22. Oktober und Sonntag 23. Oktober, jeweils von 11.00 – 16:00 Uhr.**

Bei Verspätung, diese Handynummer anrufen: **01522 - 7140599**

**Workshop-Ablauf:** Der Workshop ist auf 2 Tage ausgelegt, eine Teilnahme nur an einem Tag ist leider nicht möglich. Eine Stunde Lunch-Pause ist vorgesehen. Die genaue Zeiteinteilung der Workshop-Phasen und Pausen, wird vor Ort gemeinsam besprochen. *Keine Übernachtungsmöglichkeit vor Ort!*

**Ort:** Gewächshaus Hamburg, Alte Landstraße 264a, 22391 Hamburg

**Verpflegung:** Für Verpflegung bitte selber sorgen. Eine Teeküche zum Zubereiten von Tee und Kaffee ist vorhanden. Es gibt **keine** Einkaufsmöglichkeiten, Imbisse und Restaurants in unmittelbarer Nähe.

**Sonstiges: Der Raum ist nicht barfuß-geeignet (unbeheizte Fliesen).**

Nebst bequemer und sauberer Sportkleidung, weiße Sportsocken oder Hallenturnschuhe und einen warmen Pullover mitbringen. *Smartphones, iPods & Co. bleiben während der Workshop-Arbeit **ausgeschaltet**.*

!!! Eine FFP-2 Maske ist mitzubringen.

## Teilnahmebedingungen

### Anmeldung

Melden Sie sich an per Email: <mailto:shayuquan@eurotaichi.de>

**(Telefonnummer unbedingt angeben, falls ich in letzter Minute den Workshop absagen muss.)**

Oder telefonisch: Ömer Humbaraci: +49 (40) 218454

**Workshop - Beitrag: 170 €**

**Studenten** (mit Studenten–Ausweis): **150 €**

Anmeldung: *Je früher desto besser: die Teilnehmerzahl ist auf **10 Personen** begrenzt!*

## Die Anzahlung erfolgt auf folgendes Konto

### Innerhalb Deutschland:

Ömer Humbaraci

IBAN: DE15 2007 0024 0870 5626 00

### Internationale Überweisungen.

Ömer Humbaraci

BIC: DEUTDEDBHAM

IBAN: DE15 2007 0024 0870 5626 00

### Verwendungszweck bitte unbedingt angeben:

„Workshop 22./23.Oktober 2022“ & bitte mit Vorname und Familienname.

## Wichtige Anmerkungen

Sollte ich, Ömer Humbaraci, aus wichtigen Gründen gezwungen sein, den Workshop abzusagen, so wird der Kostenbeitrag unverzüglich zurückerstattet. Weitergehende Ansprüche können nicht geltend gemacht werden. Bei Rücktritt durch den Teilnehmer/die Teilnehmerin bis **Donnerstag, den 13. Oktober 2022** wird lediglich eine Bearbeitungsgebühr von 30 € einbehalten. Bei noch späterem Rücktritt kann der Gesamtbeitrag leider nicht rückerstattet werden, außer wenn ein Ersatzteilnehmer gestellt wird. Bei Abbruch des Workshops durch den Teilnehmer/die Teilnehmerin kann der Workshop - Beitrag leider nicht anteilig zurückerstattet werden. Die TeilnehmerInnen sorgen für ihre eigene Versicherung für die Dauer des Workshops. Sie versichern darüber hinaus, dass sie sporttauglich sind, und dass von ihnen keine Gefahr infektiöser Krankheiten ausgeht. Der/die Teilnehmer/in bestätigt mit seiner/ihrer Anmeldung, dass er/sie die Teilnahmebedingungen anerkennt und an dem Workshop in eigener Verantwortung teilnimmt. Für einfache Fahrlässigkeit wird nicht gehaftet.

*Aus Copyright-Gründen, darf kein Teil dieses Materials reproduziert, oder in irgendeiner Art und Weise verbreitet werden.*