

DAS WISSEN VON GENERATIONEN

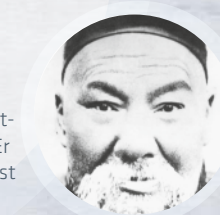
YANG LU CHAN (1799–1873) war der Begründer des authentischen Yang-Stils. Er besiegte 18 berühmte Meister der chinesischen Kampfkünste und war in Peking Lehrer der Leibgarde des Kaisers.



YANG PAN HOU (1837–1892) war Yang Lu Chans ältester Sohn und wurde im gesamten „Reich der Mitte“ als „Yang, der Unbesiegbare“ gerühmt.



YANG CHIEN HOU (1839–1917) war Yang Luchans zweiter Sohn und galt als fröhlicher Zeitgenosse, der anderen gerne Streiche spielte. Er besiegte einen Meister der Schwertkampfkunst mit nur einem Malerpinsel als Waffe.



YANG SHOU HUO (1862–1929) war der älteste Sohn von Yang Chien Hou und begann mit sieben Jahren seinen Unterricht. Er legte seinen Schwerpunkt auf das „pushing hands“ und die Anwendung als Kampfkunst.



YANG CHEN FU (1883–1935) war Yang Chien Hous dritter Sohn. Groß und mächtig an Statur prägte er den Satz „outside cotton – inside iron“, außen weich, doch innen hart.



YANG SHOU CHUNG (1910–1985) war Yang Chen Fus ältester Sohn und begann seine Ausbildung mit acht Jahren. Er wurde mit 19 von Regierungsangehörigen als Privatlehrer engagiert. 1949 übersiedelte er nach Hong Kong.



CHU KING HUNG (1945*) begann als 12-jähriger mit Tai Chi Chuan bei Yang Shou Chung. Über 26 Jahre erlernte er das komplette Wissen der Familientradition und wurde von seinem Meister zum Linienhalter bestimmt.



HIER ERWARTET SIE IHR WOHLBEFINDEN

GERHARD GUMPINGER (1955*) beschäftigt sich seit über 40 Jahren mit dem Themenfeld Körper/Bewusstsein/Gesundheit. Über Autogenes Training und Yoga führte ihn sein Weg zur Bioenergetik und zu verschiedenen Formen der Massage und Körpertherapie wie Biodynamik, Akupressur und Shiat-su. Tai Chi Chuan seit 1990. Von 1993 bis 2015 erhielt er regelmäßigen Privatunterricht bei Großmeister Chu King Hung, der ihn zum Lehrbeauftragten der ITCCA (International Tai Chi Chuan Association) für Salzburg autorisierte. Diese Funktion erfüllte er von September 1993 bis Juni 2015 und leitet seither seine eigene Schule „Lots of Chi“.



© H. P. Traunig

ADRESSE

Tai Chi & Qi Gong Schule Salzburg
Gerhard Gumpinger
Telefon: +43 (0) 650 82 48 550
E-Mail: salzburg@lotsofchi.com
www.lotsofchi.com

ENTDECKEN SIE DAS GEHEIMNIS DES WAHREN QI GONG & TAI CHI CHUAN



TAI CHI & QI GONG – DER WEG DER ENERGIE

Einen Weg finden, um gesund und leistungsfähig durchs Leben zu gehen, uns wohlfühlen in unserem Körper, Freude und Verbundenheit spüren, uns weiterentwickeln, das wollen wir alle.



EIN JUNGBRUNNEN

Echtes, authentisches Tai Chi & Qi Gong kann unser Leben ungemein bereichern. Es stärkt unsere Lebensenergie, macht uns beweglich und führt zu tiefer Entspannung.

Als Kraftquelle und Ruhepol zugleich wirkt es wie ein Jungbrunnen, der uns gesund erhält und Lebensfreude spendet.



PURE ENERGIE

Tai Chi & Qi Gong wurzeln in der Energielehre der traditionellen chinesischen Medizin und wie bei deren Anwendungen bestimmen Wissen, Erfahrung und Präzision über ihre Wirksamkeit.



WAS TAI CHI & QI GONG BEWIRKEN

- die Haltung wird sichtbar und spürbar verbessert
- das Atemvolumen wird größer
- Burnouts und Erschöpfungszuständen wird vorgebeugt
- das Immunsystem wird gestärkt
- Selbstheilungskräfte werden aktiviert
- überlastete Gelenke können sich regenerieren
- die Konzentrationsfähigkeit steigt
- körperliche und mentale Entspannung stellen sich ein
- das Energieniveau wird angehoben
- die innere Ausgeglichenheit nimmt zu
- die Durchblutung wird intensiviert
- der Bewegungsapparat wird stärker und elastischer
- das Balancegefühl wird gesteigert

DAS ORIGINAL

Der authentische Yang-Stil stellt die direkte und ungebrochene Überlieferung des Tai Chi Stils der legendären Meister der Yang-Familie dar und ist eine einzigartige Synthese aus Meditation in Bewegung, Kampfkunst und Gesundheitsvorsorge. Über Generationen wurde das essentielle Wissen um seine Feinheiten nur im engsten Kreis der Familie vermittelt, um die „Geheimnisse“ zu wahren und die Tradition unverfälscht weitergeben zu können.



SOFORT ERLEBBAR UND SPÜRBAR

Das Besondere am authentischen Yang-Stil besteht darin, dass die Energie, die sich durch die Haltungen und Bewegungen aufbaut und entwickelt nicht nur deutlich spürbar ist, sondern durch spezielle Chi-Tests schon ab der ersten Übungsstunde auch erlebbar wird.