

TAIJI

für Anfänger

in **A- 6850 DORNBIRN**

Anfänger KURS:

ab 30. Januar 2020

Donnerstag 19.15 – 20.30 Uhr

Voranmeldung Erwünscht



Leiter: **RUSTY LESTER**
www.rustylester.com



TAIJI ist eine alte, meditative Bewegungskunst aus China, die uns verschiedene Begegnungsmöglichkeiten mit unserem Körper ermöglicht.

Wir bauen ein Gefühl für Erden & "Himmeln" auf durch Haltung, Körper-Struktur und Loslassen.

Die geschmeidigen Bewegungen werden wir sowohl in Zeitlupe als auch in Fluss und von meditative bis fast tänzerisch kennenlernen/erleben.

Das Workshop gibt einen Überblick in TAIJI und hilft zu wissen, ob TAIJI das richtige für dich ist und auch ob du mich als Lehrer willst.

TAIJI Kurs:

Termin: 30. Januar - 02. April 2020 (8x; keine Kurse am 13. & 20. Februar)

Zeit: Donnerstag, 19.15 – 20.30 Uhr

Kosten: € 15,- pro Abend
€ 10,- bei Gesamtzahlung von € 80,00

ANMELDUNG: info@rustylester.com

RUSTY LESTER, (geb. 1956), Tanzpädagoge (B.A. in USA) 1976 begann er sein Tanzstudium in den USA. Es folgten Auftritte mit verschiedenen Tanzkompanien, u.a. auch mit der von ihm mitbegründeten "New Moves Dance Company"

Nach seiner Übersiedlung nach Deutschland begann er ab 1984 als Dozent an der Schule für Tanz und Therapie in Monheim zu unterrichten. Von 1987–1990 leitete er die von ihm mitbegründete Tanzabteilung des Zentrums für Tanz und Therapie in Köln.

Während und nach dieser Zeit unterrichtete er in Tanzzentren, Schulen und Theaterfestivals, sowie auch in mehreren Aus- und Weiterbildungen. Gleichzeitig hat er in zahlreichen Produktionen in Europa als Tänzer/Choreograph mitgewirkt und veranstaltete viele Performance Projekte.

TAIJI und **QIGONG** studiert er seit mehreren Jahren . . . neben einzelnen Workshops hat er folgende Aus- und Fortbildungen gemacht:

- "TAIJI" Ausbildung; (Schule für Taiji & Qigong, CH-Zürich); 2002 – 06
- "DIE WELT DER 5 ELEMENTE" Fortbildung unter der Leitung von Wilhelm Mertens, Franz Redl & Hans-Peter Siblinger; (Schule für Taiji & Qigong, CH-Zürich) 2006 – 07
- "INNERES TAIJIQUAN" Ausbildung bei Ralf Kritzien; (Scola Bildungsakademie, D-Waldenburg) 2008 - 09
- "TAIJI PUSH-HANDS" Ausbildung bei Daniel Grolle (Bacopa Bildungszentrum, A-Schiedelberg) 2009 – 11
- "DYYSG QIGONG" Ausbildung bei Wilhelm Mertens (Schule f. berührende & bewegende Kunst, D-Hamburg) 2011 – 16

In Verbindung mit seinem Tanztechnik-Stil hat er daraus einen neuen Tanzstil entwickelt, den **TAIJI-TANZ**, den er seit 2004 unterrichtet. **TAIJI** unterrichtet er seit 2007 und **QIGONG** seit 2012.

