



ZEUGNIS

T'ai Chi Ch'uan und
Chi Gong-Lehrer/in 



für Ingo Ellerhold

geboren am 01. 08. 53 in Mannheim

Bad Wörishofen, 23. 05. 2004


Kneipp-Bund e.V.  Gerhard Sch. Bergmann
Lehrgangsleitung

Tai Chi Ch'uan und Chi Gong Lehrer/in SKA

Das Aufbaustudium zum/zur T'ai Chi Ch'uan und Chi Gong Lehrer/in umfasst fünf Ausbildungsseminare und erstreckt sich über einen Zeitraum von zwei Jahren.

Voraussetzung zur Aufnahme ins Aufbaustudium ist eine erfolgreich abgeschlossene dreijährige Übungsleiter/innenausbildung.

Die Inhalte orientieren sich an den Richtlinien des „Deutscher Dachverband für Qigong und Taijiquan e.V.“ und des „Netzwerk Deutschland für Taijiquan und Qigong“.

Gesamtumfang:

Stufe 1	Grundausbildung: Abschluss Übungsleiter/in	300 UE
Stufe 2	Aufbaustudium: Abschluss Lehrer/in:	<u>200 UE</u>
		<u>500 UE</u>

Voraussetzungen für eine erfolgreiche Teilnahme und für die Vergabe des Zeugnisses sind

- Zertifikat Übungsleiter/in Tai Chi Ch'uan und Chi Gong (Stufe 1)
- mindestens zweijährige Unterrichtstätigkeit
- Erstellung einer Facharbeit
- Erfolgreiche Durchführung einer Lehrprobe in der Abnahme einer T'ai Chi Ch'uan Form und einer Chi Gong Form
- Schriftliche Lehrprobe und Stundenaufbau
- Erfolgreiche Teilnahme an der schriftlichen Abschlussprüfung

Grundlegende Inhalte des Aufbaustudiums zum/r T'ai Chi Ch'uan und Chi Gong Lehrer/in SKA (Stufe 2):

Vertiefung des Basiswissens traditioneller Chinesischer Medizin (TCM)

- Die fünf Wandlungsphasen
- Yin und Yang Konzepte
- Der kleine himmlische Kreislauf
- Der große Kreislauf (12 Hauptmeridiane)

Vertiefung des Basiswissens Philosophie und Sozialgeschichte

- Taoismus/Buddhismus/Humanismus
- Konfuzianische Gedanken
- Westliche Kulturansätze (Kneipp'sche Gesundheitslehre, psychosomatisch und körperorientierte Ansätze)

Inhalte im T'ai Chi Ch'uan

- Die Kurzform des Yang-Stils nach Ch'eng Man-Ching
- Die Langform des Yang-Stils nach Yang Ch'eng Fu
- Bewegungslehre
- Lockerungsübungen

Inhalte im Chi Gong

- Die 18 Gesundheitsübungen
- Die Übung des Kranichs
- Die 8 Brokatübungen
- Formen des Stillen Chi Gong
- Der kleine Energiekreislauf
- Die vier Regulationen
- Übungen zum Loslassen

Weitere Übungsformen

- Chan Mi Qi Gong für die Wirbelsäule
- Wandlungsphasen Chi Gong / Herz Chi Gong

Aspekte der beruflichen Anwendung bei unterschiedlichen Zielgruppen

- Rehabilitation
- Prävention
- Psychosomatik
- Rheumatische Erkrankungen

