

FRÜHJAHRSEMESTER 2012

12 Kurseinheiten ab 5. März bis 15. Juni 2012

Montag →	MÖDLING:
9.30 – 10.45	Das leichte Qi-Gong & Tao
17.00 – 17.45	Kung-Fu
18.00 – 19.15	Das leichte Qi-Gong & Tao
19.30 – 20.45	Tai-Chi
Dienstag →	WIEN 3. Bezirk:
18.00 – 19.15	Tai-Chi
19.30 – 20.45	Das leichte Qi-Gong & Tao
Mittwoch →	TULLN an der Donau:
18.00 – 18.45	Das leichte Qi-Gong - Essenz
19:00 – 19:45	Kung-Fu
20.00 – 21.15	Tai-Chi
Donnerst. →	WIEN 7. Bezirk:
9.00 – 10.15	Das leichte Qi-Gong & Tao
Donnerst. →	WIEN 2. Bezirk:
18.30 – 19.15	Kung-Fu
19.30 – 20.45	Tai-Chi-Fortgeschrittene
Freitag →	WIEN 11. Bezirk:
18.30 – 19.15	Kung-Fu
19.30 – 20.45	Tai-Chi



SONDERVERANSTALTUNGEN:

Tai-Chi-Perfektion:
Freitag 20:45 Uhr: 30.3.; 27.4.; 25.5.

SEMINARE:

TAI-CHI Anfänger & mäßig Fortg. TULLN	14. April	9:30 - 12:30 Uhr	€ 60,--
KOSMISCHE HIMMELSSCHWALBE & BRONZEGLOCKEN-QI-GONG in TULLN	14. April	14:00 - 17:00 Uhr	€ 60,--
TAI-CHI Anfänger und mäßig Fortg. KOSMISCHE HIMMELSSCHWALBE & BRONZEGLOCKEN-QI-GONG	21. April	9:30 - 12:30 Uhr	€ 60,--
DUFT-QI-GONG	21. April	14:00 - 17:00 Uhr	€ 60,--
DIE ACHT SCHÄTZE & Inneres Lächeln	22. April	9:30 - 12:30 Uhr	€ 60,--
UR-TAI-CHI	22. April	14:00 - 17:00 Uhr	€ 60,--
QI-GONG "Elefantenrüssel" & „OM“	5. Mai	9:30 - 12:30 Uhr	€ 60,--
FALUN-GONG	5. Mai	14:00 - 17:00 Uhr	€ 60,--
TAI-CHI für Fortgeschrittene	6. Mai	9:30 - 17:00 Uhr	€ 130,--
ATEMTECHNIK & Lebensverl. Übungen	12. Mai	9:30 - 12:30 Uhr	€ 60,--
KUNG-FU	5. Mai	14:00 - 17:00 Uhr	€ 60,--
DAS SPIEL DER 5 TIERE	13. Mai	9:30 - 12:30 Uhr	€ 60,--
QIATRICK - Qi - Heilkunde	2. Juni	9:30 - 17:00 Uhr	€ 130,--
	9.+10. Juni	9:30 - 17:00 Uhr	€ 240,--

Seminar-Anmeldung mit Einzahlung der Seminargebühr bis **14 Tage** vor Beginn, Bei Seminaren außerhalb von Wien steht eine Mitfahrgelegenheit zur Verfügung
Anmeldung und INFO: www.dao.at, dao@dao.at, oder Telefon: 01/600-7-900

SAALADRESSEN:

MÖDLING:

Rotes Kreuz - Festsaal; Scheffergasse 1a; A-2340

TULLN an der Donau:

Rosenheim, Frauenhofner-Straße 54, A-3430

WIEN- 2. Bezirk:

Hauptschule, Kleine Sperlgasse 2a; A-1020

U1,U2,U4

WIEN- 3. Bezirk:

Schule, Kolonitzgasse 15; A-1030

U3,U4,9

WIEN- 7. Bezirk Vormittag:

Meditationszentrum Shambhala, Stiftgasse 15-17; A-1070

U2,U3

WIEN- 11. Bezirk:

Schule, Hoefftgasse 7; A-1110, Eingang Muhrhoferweg

9

IHRE VORTEILE IN DER TAI-CHI-SCHULE HELMUT STINGL:

- ein anerkannter Lehrer mit langjähriger Erfahrung und fundierter, fachübergreifender Ausbildung
- leichtes, freudvolles und unterhaltsames Lernen
- breit gefächertes Kursprogramm – für jeden etwas dabei
- erwiesene Besserung bei Beschwerden, die auf Stress, Konzentrationsmangel, körperlicher oder geistiger Fehlhaltung oder zu wenig Bewegung zurückzuführen sind
- verringertes Krankheitsrisiko – kürzere Rekonvaleszenz
- verbesserte Leistung im Beruf und in der Schule
- gesteigertes Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl
- flexible Termingestaltung: der Wechsel zwischen verschiedenen Wochentagen und Kurszeiten, Vormittag, Abend, später Abend, ist durch Parallelkurse gegeben
- Möglichkeit versäumte Kurseinheiten nachzuholen
- fast alle Kursorte sind mit U- oder Schnellbahn zu erreichen – also auch in Ihrer Nähe
- keine Wettkämpfe, deswegen auch kein erhöhtes Gesundheitsrisiko oder Leistungsdruck
- kein Kostümszwang, normale Sportbekleidung genügt
- für die ganze Familie, bringen Sie Ihre Eltern und Kinder mit
- multikulturell! Verstehen lernen von komplexen asiatischen Denkprozessen in gewählter deutscher Sprache. Offener Zugang zu traditionellem Geheimwissen und zu den Wurzeln uralter Übungssysteme
- angenehmes Publikum

Kursgebühr: Kung-Fu und Qi-Gong-Essenz: Kinder bis 12 Jahre € 90,-- Erw. € 110,--; Tai-Chi-Fortg.: € 220,--
Alle anderen Kurse (Tai-Chi und Qi-Gong & Tao): Erwachsene € 180,--; Kinder € 160,--
Kursfrei: Di 3. - Di 10.April; Mo 30.April - Di 1.Mai; Mi 16. - Fr 18.Mai; Mo 28.Mai; Do 7. + Fr 8. Juni; Mi 13. Juni