

Liebe Taiji'ler
Liebe Qigong'ler

Das Bundesamt für Sport hat am 03.05.2020 ein etwas erweitertes Schutzkonzept veröffentlicht. Dieses erlaubt, die Teilnehmerzahl im Taiji- und Qigong - Unterricht der Grösse des Raumes anzupassen. In unserem Taiji - Raum wäre es danach möglich, mit zwei Gruppen à je vier Personen Taiji / Qigong zu üben.

Damit ich auch die Stimmung unter den KursteilnehmerInnen in die Entscheidung betreffend des Weiterführens und Praktizierens miteinbeziehen kann, haben wir anschliessend an das ZOOM-Training vom letzten Montag eine weitere Diskussionsrunde angehängt. Nachfolgend zusammengefasst die Meinungen der Taiji'ler:

- Korrekturen mit Körperkontakt sind weiterhin nicht erlaubt. Die Qualität des Live-Unterrichtes gegenüber des Zoom-Unterrichtes verbessert sich diesbezüglich nicht.
- Weiterhin ist nur eine beschränkte Anzahl Praktizierender erlaubt. Wer entscheidet über die Teilnahme?
- Es bräuchte eine Reservation über die Webseite sansong. Analog der Reservation eines Tennisplatzes im Tennisclub.
- Das Einhalten der Hygienevorschriften ist sehr aufwändig.
- Das Erscheinen in Trainingskleidung ist vor allem für Auswärtige fast nicht machbar.
- Taiji'ler und Qigong'ler der Risikogruppen fühlen sich benachteiligt. Sie können eigentlich nicht am Unterricht im Taiji-Raum teilnehmen.
- Die Aufteilung des Raumes in zwei Hälften, die das gleichzeitige Üben von zwei Gruppen à vier Personen ermöglicht, ist sehr kompliziert
- Unterricht unter Einhaltung der Vorschriften des Schutzkonzeptes hat sehr wenig mit der für das Taiji und Qigong geforderten Entspannung zu tun.
- Eigentlich bedeutet es für alle nur Aufwand und Stress. Der Spassfaktor bleibt an einem kleinen Ort.
- Alle wünschen sich den Unterricht von 45 auf 60 Minuten zu verlängern.

Fazit: Alle über 30 DiskussionsteilnehmerInnen haben sich für die Weiterführung des Taiji-Unterrichtes per ZOOM ausgesprochen.

Montag, 19:00 – 20:00 Uhr

Taijiquan (Standing / Reeling silk / Form sansong (9er Form verkürzt) / Yifei Gong

Mittwoch, 19:00 – 20:00 Uhr

Qigong Yi Jin Jing

Freitag, 19:00 – 20:00 Uhr

Taijiquan (Standing / Reeling silk / Form sansong (9er Form verkürzt) / Yifei Gong

Lektionsdauer: 60 Minuten

Bei anhaltender Schönwetterperiode

Ein Samstagstraining würde spontan ausgeschrieben

Die in der einen Monat dauernden ersten Phase des ZOOM-Unterrichtes habe ich viele positive Rückmeldungen erhalten. Dafür danke ich euch herzlich!

Dieses Angebot richtet sich an alle, die sich für das erste Semester 2020 eingeschrieben haben.

NeueinsteigerInnen sind herzlich willkommen!

Darf ich dich bitten, für den Monat Mai CHF 60.00 auf das Konto sansong zu überweisen (keine Rechnungsstellung!).

Bitte beachten:

das Aufnehmen und/oder Weiterverbreiten der Videosequenzen ist nicht erlaubt!

Anschliessend an das Training haben wir jeweils Zeit für Fragen, Anregungen, usw.

Herzlichen Dank für eure Unterstützung. Ich freue mich auf unseren weiteren Austausch per ZOOM!

Änderungen in der Unterrichtsgestaltung werde ich den weiteren Informationen des Bundesrates anpassen.

In der Hoffnung, schon bald wieder Qigong und Taiji ohne restriktive Einschränkungen üben zu können, grüsse ich euch herzlichst,

Regula

Olten, 06.05.2020