



KAMPFKUNST DER
ACHTSAMKEIT
ZHONG XIN DAO I LIQ CHUAN
GERMANY

29.09. - 3.10.2023



Zhong Xin Dao I Liq Chuan
Herbst Intensivseminar ~ Master Hsin Chin
>> Spinning Hand Prozess lernen
& Anwendungen 21 Form <<

ZhongXin Dao - I Liq Chuan - Die Kampfkunst der Achtsamkeit

Über den Trainingsansatz Zhong Xin Dao

中心道= Zentrum-Herz-Weg, übersetzt „Im Herzen des Zentrums liegt der Weg“ oder wie Sam Chin es zusammenfasst: „Der neutrale Weg“: Die Philosophie und die damit verbundenen Konzepte sind der Weg, die Natur der Dinge zu verstehen, auch die unseres Körpers. Wir sind der körperliche und geistige Bezugspunkt, von dem aus wir Bewegung, Kräfte und Spannungen verstehen wollen - bewusst über die Sinne im Hier und Jetzt - gemäß dem philosophischen Konzept des „Anfängergeistes“.

Yi Dao 意到 - Chi Dao 氣到 - Li Dao 力到

Es geht darum, einen achtsamen Zugang zu unserem Körper zu finden und zu lernen, die Aufmerksamkeit aufzuspannen, den Körper ins Gleichgewicht zu bringen, auf natürliche Weise Zentren zu bilden und mühelose Bewegung zuzulassen. Wir halten Zentren, wenn wir neutral sind. Was ist neutral? Wie erlangt man Neutralität? Man muss sich mit der Veränderung verändern und wird dadurch präsent, formlos. Basierend auf der ursprünglichen Bedeutung des Wortes „Tai Chi“, dem Prinzip von Yin und Yang:

„Zen Mind – Tai Chi Body“

Mit dem geistigen Konzept, dass es nichts zu lernen und nichts hinzuzufügen oder wegzunehmen gibt, akzeptiert man die Tatsache, dass man im gegenwärtigen Moment erkennen und erkennen muss. Es sind also nicht die Techniken oder Formen, die wir trainieren. Es sind die Prinzipien, die wir zu erkennen versuchen, um zu sehen, was ist.

Unsere Seminare sind offen für alle und erfordern keine Vorkenntnisse!

Spinning Hands

Der Spinning Hands Prozess ist eine der „Kern“-Methoden des I Liq Chuan Systems, da alles auf den Kontaktpunkt hinausläuft und von ihm bestimmt wird. In den Spinning Hands nehmen wir unsere Selbstvereinigung und unser Verständnis für die Prinzipien aus den grundlegenden Übungen und übertragen sie auf den Kontaktpunkt. Der Kontaktpunkt liefert die Bedingungen, die darüber entscheiden, wie wir handeln - ohne ihn hat die Bewegung keinen Sinn. Deshalb ist es wichtig, parallel zu den Grundübungen mit einigen grundlegenden Spinning Hand-Ideen wie Pull-and-Push zu beginnen, um Erfahrungen in diesem einzigartigen Trainingsprozess zu sammeln. Die Kunst des I Liq Chuan lebt von der „direkten Berührung“, der direkten Übertragung durch eine fortgeschrittene Person, die den Partner „füttert“, um am Kontaktpunkt immer klarer zu werden.

Sammeln von „credits“ für Schülergrad 5

In unserem Lehrplan, stehen die Spinning Hands beginnend mit Schülergrad 5 im Mittelpunkt des Lernprozesses. Normalerweise fängt man nach der Graduierung für Level 4 intensiv an, aber es braucht mindestens ein Jahr regelmäßiges Spinning oder mindestens 120 Trainingsstunden, bevor man überhaupt evaluiert werden kann. Die Teilnahme an einem offiziellen Spinning Hands-Seminar mit der Chin-Familie hilft, diese Stunden bereits vor dem Erreichen von Level 4 zu sammeln und kann somit eine „Verkürzung“ sein. Die Teilnahme an einem Seminar mit Großmeister Sam Chin oder seinem Sohn, Meister Hsin, ist am effizientesten, weil man direktes Feedback durch die Berührung bekommt, die wichtigsten Lücken schnell beseitigt und weniger (falsche) Angewohnheiten anhäuft - man bekommt schneller die notwendige Klarheit.

◆ Durch die Teilnahme am gesamten Seminar erhält man 10 „Credit“ Stunden auf Spinning Hands/Level 5.

Was gibt es Besseres, als vom „Linien-/Stammhalter“ des Systems, Meister Hsin selbst, zu lernen? Verpasst nicht diese Gelegenheit!

Die 21er Form - Anwendungen

Die 21er-Form betont den sich ständig verändernden Zyklus von Yin und Yang. Sobald Struktur und Atmung koordiniert sind, kann sich die Aufmerksamkeit auf die Vertiefung unserer Entspannung durch den kontinuierlichen Ausgleich des Drucks der sechs Richtungen und der drei Dimensionen richten. Die Sequenzen der Form sowie die Anwendungen dazu können von Anfängern und Fortgeschrittenen gleichermaßen gut erlernt werden. Meister Hsin, unterstützt von Dominique, wird Euch in diesem Seminar durch die verschiedenen Abschnitte der Form führen und mögliche Anwendungen aufzeigen.

Zertifizierungskurs

In der Chin-Familie gibt es zwei Lernwege, den Weg des Schülers und den Weg des Instruktors. Während der Schüler die Inhalte und Konzepte des Lehrplans für die Schüler- und Anwendungsgrade lernt, lernt der Instruktor, die richtigen Anweisungen mit dem erforderlichen Bezug zu geben und jedes Level zu evaluieren. Die Zertifizierungskurse sind Teil des Instruktorweges.

◆ Um die neu entstehenden Schulen in Deutschland bestmöglich zu unterstützen und den Leitern die Möglichkeit zu geben, den Weg des Instruktors zu gehen, kombinieren wir das Seminar mit der Zertifizierung für den Anwendungsgrad (Teil 2, Anwendungen zur 21er Form). So kennen sie bereits die geforderten Inhalte für den Anwendungsgrad 1 und können sich auf diesen vorbereiten, um nach einigen Monaten die Prüfung abzulegen.

Herbst-Intensiv-Seminar mit Meister Hsin Chin mit Unterstützung von Instruktor Dominique Brizin

- **Ankunft 28.9. Nachmittag** - Röderstraße 10, 65326 Aarbergen-Panrod
- www.haus-quitte.de
- Eventuell Training am Nachmittag/Abend des 28.9.

	Freitag 29.9.	Samstag 30.9.	Sonntag 1.10.	Montag 2.10.	Dienstag 3.10.
29.9.-3.10.	7:30-8:30 Chi Gong	7:30-8:30 Chi Gong	7:30-8:30 Chi Gong	7:30-8:30 Chi Gong	7:30-8:30 Chi Gong
	8:30 Frühstück	8:30 Frühstück	8:30 Frühstück	8:30 Frühstück	8:30 Frühstück
	10:00 Training	10:00 Training	10:00 Training	10:00 Training	10:00 Training
	13:00 Mittag	13:00 Mittag	13:00 Mittag	13:00 Mittag	13:00 Mittag
	15:00 Training	15:00 Training	15:00 Training	15:00 Training	15:00 Training
	18:00 Abendessen	18:00 Abendessen	18:00 Abendessen	18:00 Abendessen	18:00 Abendessen
	19:00 Freies Training alle Schülergrade	19:00 Freies Training alle Schülergrade	19:00 Freies Training alle Grade	19:00 Freies Training alle Grade	

Seminarkosten	CFILC Mitglieder		Extern	
	1 Tag	130,- €	1 Tag	150,- €
	Seminar	500,- €	Seminar	550,- €
	Frühbucher 1 - bis 1.8.	400,- €	Frühbucher 1 - bis 1..8.	450,- €
	Frühbucher 2 - bis 1.9.	450,- €	Frühbucher 2 - bis 1.9.	500,- €
	Instruktoren Zertifizierung Anwendungsgrad 1, Teil 2	€60,- Zertifizierung oder alle 5 Teile für Instruktor level 1 für €260,-/Einmalzahlung		

Übernachungskosten

- ◆ Die Gesamtkosten für das Haus betragen € 3200,-. Die Kosten werden zu gleichen Teilen auf alle Teilnehmer aufgeteilt. Je mehr Teilnehmer wir bekommen, desto billiger wird es!
- ◆ Essen: Gemeinsam kochen und teilen.

Registrierung

Name: _____

Mitglied CFILC: Ja Nein Mitglied-ID: _____

Um sich anzumelden, besuchen Sie bitte unsere offizielle Website (Regionalbüro Deutschland) www.iliqchuan.de - oder gehe auf unseren Veranstaltungskalender www.kda-portal.de. Dort kannst Du das Seminar sofort buchen und Deinen Platz reservieren.

Datenschutz

Datenschutz und Vereinbarung

Für administrative Zwecke und die Kommunikation mit unserem Headoffice in New York, sowie aus finanztechnischen Gründen benötigen wir Deine persönlichen Daten. Die Verarbeitung und Nutzung dieser Daten unterliegt dem deutschen Recht

.Du kannst jederzeit Auskunft über die zu Deiner Person gespeicherten Daten verlangen, ebenso die Berichtigung Deiner Daten, wenn sie nicht richtig oder unvollständig sind. Ansprüche auf Löschung oder Sperrung Deiner Daten können gestellt werden, wenn deren Nutzung und Verarbeitung unzulässig oder nicht mehr erforderlich ist. In diesem Fall schreib bitte eine Nachricht an das Regionalbüro Deutschland: info@iliqchuan.de

Oder schreibe an: Kampfkunst der Achtsamkeit, Roßdörfer Str. 67, 64827 Darmstadt,

Wir benötigen Deine Einverständnis, dass Du damit einverstanden bist, auf Bild- oder Videoinhalten, die im Rahmen des Seminars produziert werden, zur - auch kommerziellen - Veröffentlichung und Verbreitung der Kampfkunst Zhong Xin Dao - I Liq Chuan zu erscheinen. Diese Einwilligung umfasst die zeitlich und räumlich uneingeschränkte Nutzung der Aufnahmen für Print- und digitale Medien, sowie für den Internetauftritt aller Produkte der Chin Family ILC LLC.

Ich bin einverstanden

Ich bin nicht einverstanden

Datum, Name in Druckbuchstaben, Unterschrift

Bringt das Formular mit aufs Seminar oder sendet es vorher an unser Regionalbüro (Annette Haubrich):

>> info@iliqchuan.de

Mitgliedschaft in der Zhong Xin Dao - I Liq Chuan - Familie

Wenn Du an einer Mitgliedschaft interessiert bist, kannst Du dies auf der Veranstaltung oder bereits vorher online tun. Auf kda-portal.de/?mitgliedsantrag findest Du die Vereinbarung zum Ausfüllen und Ausdrucken/Senden.

Die Mitgliedschaft kostet € 60,-/Jahr mit Sonderkonditionen für Senioren, Studenten, Familienmitglieder und Menschen mit Behinderungen sowie eine Mitgliedschaft auf Lebenszeit.

Wenn Du daran interessiert bist, ein lizenziertes Studiengruppenleiter oder Instruktor im Zhong Xin Dao - I Liq Chuan zu werden, sprich uns auf dem Seminar an oder nehmen Kontakt mit uns auf: info@iliqchuan.de



Meister Hsin Chin

Hsin Chin ist ein junger Meister mit wunderbaren Lehrfähigkeiten und einem großen Herzen. Als Sohn von Sam Chin wurde er in jungen Jahren zusammen mit seinen Geschwistern von seinem Vater in die Welt der Kampfkünste eingeführt und hat seither ständig dazu gelernt. Er verfügt über ein erstklassiges Verständnis der Biomechanik in den Kampfkünsten. Hsin freut sich darauf, sein Wissen im Einklang mit der Chin-Familientradition weiterzugeben. Er lehrt offen, ohne etwas zurückzuhalten, und ist in der Lage, alle Menschen zur Optimierung schmerzfreier Bewegungen anzuleiten - egal ob es sich um einen Kampfsportler auf hohem Niveau oder einen älteren Menschen handelt. Dies führt zu mehr Stabilität und Kraft in der Bewegung. Er hat ein außergewöhnliches Auge und kann Lücken in der Struktur, Ausrichtung, Verbindung und Aufmerksamkeit des anderen aufspüren. Vor allem seine Kampffähigkeiten und seine Fähigkeit, den Gegner durch Kontakt zu kontrollieren, sind hervorragend. Er hat bereits in jungen Jahren viele Meisterschaften gewonnen (verschiedene Goldmedaillen von ICMAC, USAWKF, Taichi Legacy, usw.).

Anstehende Veranstaltungen in Deutschland

- 27.10. Dortmund - Instructor Joshua Craig „ZXD I Liq Chuan Natürliches Bewegen in Anwendung“
- 28.& 29.10. Preetz - Instructor Joshua Craig „Anwendungen der 15 fundamentalen Übungen“ (auch Zertifizierungskurs Anwendungsgrad Teil 1 von 2)
- 3.11. Darmstadt - Instructor Joshua Craig „ZXD I Liq Chuan 21er Form – Einführung“
- 4.& 5.11. Ludwigsburg - Instructor Joshua Craig „The Zhong Xin Dao Herangehensweise an Partnertraining“
- 18. & 19.11. Preetz - Instructor Marina Gubnitskaya „Einführung und Prinzipien in den Spinning Hand Prozess“
- 25.11. Darmstadt - Instructor Dominique Brizin „Achtsamkeit und der richtige Referenzpunkt“
- 16.12. Darmstadt - Instructor Dominique Brizin „Achtsamkeit und Stille“ - danach Weihnachtsfeier

Mehr Informationen auf Social Media und unserer offiziellen Website (Regionalbüro Deutschland) www.iliqchuan.de - oder in unserem Veranstaltungskalender auf www.kda-portal.de. Dort kannst Du die Seminare buchen und Deinen Platz reservieren!

Die Seminare sind offen und für jedermann zugänglich.

Alle Stile der Kampf- und Bewegungskunst sind willkommen, auch Anfänger.

Jeder wird den Workshop mit einfachen Mitteln verlassen, um sein eigenes Gleichgewicht und seine Harmonie zu erkennen und zu erhalten.

Ganz gleich, ob Du Kampfsport betreibst oder Dich einfach nur für Geist-Körper-Bewusstsein durch Bewegung interessierst, Du wirst lernen, wie Du Deinen Flow steigern und die natürliche Kraft Deines Körpers manifestieren kannst.