

10th International Push Hands Meeting 13. – 21. February 2010 in Hannover

Sponsored by Taijiquan & Qigong Netzwerk Deutschland, Tai Chi- Studio, Taijiquan und Qigong Journal, TCFE
Independent of style and open to beginners, the more experienced and practitioners of other martial arts.



Dear Tai Chi Players,

I am delighted to present the full programme for the 10th International Push Hands Meeting. This meeting too will feature not only the programme for more experienced participants but also a continuous selection of events for beginners: at least one workshop in the morning, an introduction to free push hands and then an extra practice area for beginners and 'soft pushers' after lunch.

Schedule: 9.30 Presentation of the teachers and selection of workshops, 10.00 – 13.00 Workshops, 13.00 – 15.00 Lunch and break, 15.00 – 17.45 free push hands. The grand Jubilee Celebration with gala will take place on 20. February.

Participants who register and pay before the end of 2009 will receive a 10% discount!

The full programme, including information about teachers and themes, travel options, accommodation and route description, will be published in the internet at www.push-hands.de in December 2009 or, on request, can be sent to you by post.

Let's hope that the 10th meeting will once again feature the same good, constructive and respectful atmosphere that has characterised the previous meetings!

I look forward to see you soon in Hannover,
Nils Klug

www.tai-chi-studio.de · www.push-hands.de · www.tcfe.org

Liebe Tai Chi Spieler,

ich freue mich, Euch das Programm für das 10. Internationale Push Hands Treffen vorstellen zu können. Auch bei diesem Treffen wird es neben dem Programm für Fortgeschrittene ein durchgängiges Angebot für Anfänger geben: Mindestens einen Workshop am Vormittag, eine Einführung in das freie Push Hands und anschließend eine extra Spielwiese für Anfänger und Weichpuscher nach dem Mittagessen.

Ablauf: 9.30 Uhr Vorstellung der Lehrer und Auswahl der Workshops, 10.00 – 13.00 Uhr Workshops, 13.00 – 15.00 Uhr Mittagessen und Pause, 15.00 – 17.45 Uhr Freies Push Hands.

Am 20. Februar findet die große Jubiläums-Party mit Gala statt.

Wer sich noch 2009 anmeldet und zahlt, bekommt 10% Rabatt!

Das vollständige Programm sowie Informationen zu Lehrer und Themen, Anreise, Unterkunft und Wegbeschreibung findet Ihr ab Dezember im Internet auf www.push-hands.de oder kann auf Anfrage postalisch zugesandt werden.

Auf dass, das 10. Treffen wieder von der gleichen, guten, konstruktiven und respektvollen Stimmung getragen wird wie die Vorherigen!

Ich freue mich auf Euch!

Auf bald in Hannover, Nils Klug



TAIJIQUAN & QIGONG
JOURNAL

 Tai
Chi-Studio

10. Internationales Push Hands Treffen

13. – 21. Februar 2010 in Hannover

Arrival: Friday, 12.02.2010, from 16.00 onwards! Anreise: Freitag, 12.02.2010, ab 16.00 Uhr!

Rooms	Tai Chi-Studio	Kunsthalle 1	Kunsthalle 2	TangoMilieu
Saturday 13.02.				
10.00–13.00 hours	Roberto Benetti	Frieder Anders	Bob Lowey	Angela Menzel
Sunday 14.02.				
10.00–13.00 hours	Roberto Benetti	Frieder Anders	Bob Lowey	Angela Menzel
Monday 15.02.				
10.00–13.00 hours	Serge Dreyer	Fernando Chedel	George Saby	
Tuesday 16.02				
10.00–13.00 hours	Serge Dreyer	Fernando Chedel	George Saby	
Wednesday 17.02.				
10.00–13.00 hours	Rob and Erich Völke	Serge Dreyer	George Saby	Michael Plötz
Thursday 18.02.				
10.00–13.00 hours	Rob and Erich Völke	Cornelia Gruber	Wilhelm Mertens	Michael Plötz
Friday 19.02.				
10.00–13.00 hours	Rob and Erich Völke	Cornelia Gruber	Wilhelm Mertens	Mario Napoli
Saturday 20.02.				
10.00–13.00 hours	Paul Silverstrale	Mario Napoli	Zhai Hua	Wang Ning
20.00 Uhr	Gala und Party!			
Sunday 21.02.				
10.00–13.00 hours	Paul Silverstrale	Mario Napoli	Zhai Hua	Wang Ning

Mittagessen

Die Mittagspause findet täglich von 13–15 Uhr statt. Ab 13.00 Uhr können wir im nahegelegenen Kargah gemeinsam essen. Es gibt täglich wechselnde Gerichte. Für die Vegetarier ist auch gesorgt! Das Mittagessen ist im Preis inbegriffen. Getränke können zu einem Preis von 0,50 – 1,50 Euro erworben werden.

Freies Push Hands am Nachmittag

Von 15.00 – 17.45 Uhr findet täglich das freie Push Hands statt. Für Anfänger gibt es eine Einführung, in der Grundlagen des Push Hands vermittelt werden. Beim freien Push Hands wird der Raum in einen Bereich für Anfänger und einen für Fortgeschrittene aufgeteilt. Eine Push Hands Runde dauert 10 Minuten. Vor jeder Runde wird mit dem Partner abgesprochen, wie gepusht wird. Wir möchten insbesondere Anfänger zur Teilnahme ermutigen. Traut Euch!

Qi Gong

Für den entspannten Start in den Tag bietet Ronnie Robinson vom 14.–21.02.2010 in der Zeit von 08.45–9.30 Uhr Qi Gong an.

Kalligraphie

Wang Ning – Kalligraph, Siegelschneider, Übersetzer und Tai Chi Chuan-Lehrer – wird am letzten Wochenende eine Einführung in die chinesische Kalligraphie geben. Aufgrund der benötigten Materialien »Vier Schätze der Studierstube« (Pinsel, Tusche, Papier, Reibstein etc.) wird zusätzlich ein einmaliger Unkostenbeitrag von Euro 35 erhoben. Außerdem bitten wir alle Interessenten sich vorab anzumelden. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

Lunch

The midday break takes place every day from 13.00 to 15.00. We can lunch together in Café Kargah, which is just round the corner, from 13.00 onwards. There are new dishes on the menu every day, including vegetarian options! Lunch is included in the price, while drinks cost between 0.50 and 1.50 euros.

Free Push Hands in the afternoon

Free push hands will take place every day from 15.00 to 17.45. There is an introductory section for beginners in which the basics of push hands are taught. During the free push hands the space is divided into an area for beginners and one for the more experienced. A round of push hands lasts 10 minutes. Before each round you should agree with your partner about how you want to practice push hands. We would like to encourage beginners to take part. Don't worry, just try it!

Qi Gong

From 14–21 February, Ronnie Robinson will be offering Qi Gong to give you a relaxing start to the day. Each session is from 08.45 to 9.30.

Calligraphy

Wang Ning – calligrapher, seal cutter, translator and Tai Chi Chuan teacher – will give an introduction to the art of Chinese calligraphy on the last weekend of the meeting. Because special materials are required (the four treasures of the study room = brush, ink, paper, rubbing stone), participants are asked to pay a once-only charge of 35 euros to help cover expenses. We also request all those interested in taking part to register beforehand. The number of participants is limited!

Massagen

Täglich ab 14 Uhr bietet Michael seine spezielle Massagebehandlung an, die sich aus klassischen Grifftechniken, Druckpunkt- und Meridianklopfmassage zusammensetzt. Die Massage findet auf einem portablen Massagestuhl statt. Man bleibt vollständig bekleidet. Terminvereinbarung vor Ort.

Anreise

Früh buchen, spart Geld! Hannover ist eine Messestadt mit einem großen Flughafen. Zum Beispiel bieten Tuify und Air Berlin Billigflüge aus vielen europäischen Metropolen an. Siehe auch www.tuify.com und www.airberlin.com. Außerdem bestehen gute Bahnverbindungen nach Hannover: www.bahn.de.

Unterkunft

Ihr könnt mit mitgebrachter Isomatte und Schlafsack im Tai Chi Studio oder der Kunsthalle übernachten. Eine Duschmöglichkeit ist vorhanden. Ab Dezember werden verschiedene Adressen von Hotels und B&Bs im Internet zur Verfügung stehen.

Preise (Euro)

1 Tag	55,-	4 Tage	190,-	7 Tage	310,-
2 Tage	100,-	5 Tage	230,-	8 Tage	350,-
3 Tage	150,-	6 Tage	270,-	9 Tage	380,-

Inklusive Mittagessen.



Anmeldung

Anmeldungen bitte bis spätestens 25.01.2010!
Wer sich noch 2009 anmeldet und zahlt erhält 10% Rabatt!
Ihr könnt das Anmeldeformular dieses Flyers verwenden oder Euch ab Dezember online auf www.push-hands.de anmelden.

10 Jahre Internationales Push Hands Treffen

In diesem Jahr feiern wir das 10jährige Jubiläum des Internationalen Push Hands Treffens. Aus diesem Anlass gibt es am Samstag, 20.02.2010, eine hochkarätige Gala und anschließend eine große Party.

Alle Lehrer, die bei den letzten neun Treffen unterrichtet haben, sind herzlich eingeladen, an diesem Treffen kostenlos teilzunehmen!

Massages

Every day from 14.00 onwards, Michael will be offering his special massage treatments that comprise classical manual techniques, pressure point and meridian-tapping massage. The treatment takes place on a portable massage chair and one remains fully clothed. Appointments to be made during the meeting itself.

Travel

Early bookers save money! Hannover is a trade-fair city with a large airport. Airlines such as Tuify and Air Berlin provide cheap flights from many European cities. See also www.tuify.com and www.airberlin.com. Hannover also has good rail links: www.bahn.de.

Accommodation

You can sleep in the Tai Chi Studio or the Kunsthalle events hall if you bring your own sleeping mat and sleeping bag. Shower facilities are available. Addresses of various hotels and B&Bs will be posted on the website from December onwards.

Prices (Euro)

1 day	55,-	4 days	190,-	7 days	310,-
2 days	100,-	5 days	230,-	8 days	350,-
3 days	150,-	6 days	270,-	9 days	380,-

including lunch



Registering

Please register by 25.01.2010 at the latest!
Participants who register and pay before the end of 2009 will receive a 10% discount! You can use the registration form on this flyer or, from December onwards, register online via www.push-hands.de.

10 years of the International Push Hands Meeting

This year we are celebrating the 10th jubilee of the International Push Hands Meeting. To mark the occasion, on Saturday 20 February 2010 we will be presenting a high-quality gala followed by a big party.

All teachers who have taught during the last nine meetings are warmly invited to take part in this meeting free of charge!

Teilnahmebedingungen

Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, werden die Anmeldungen nach ihrem Eingang berücksichtigt. Bei Abmeldung bis sechs Wochen vor Beginn der Veranstaltung wird eine Bearbeitungsgebühr von EUR 30,- erhoben. Danach wird der Betrag vom Veranstalter einbehalten bzw. nachgefordert, es sei denn, der Teilnehmende stellt eine Ersatzperson. Nur das unterzeichnete Anmeldeformular gilt als verbindliche Anmeldung. Anmeldebestätigungen werden nicht verschickt. Gerichtsstand ist Hannover. Die offizielle Sprache der Veranstaltung ist Englisch.

Das Tai Chi-Studio und/oder Andere werden eine Film- und Fotodokumentation produzieren. Mir ist bekannt, dass auf der Veranstaltung Film- und Fotoaufnahmen gemacht werden und ich erkläre mich mit meiner Unterschrift auf der Anmeldung ausdrücklich damit einverstanden, gefilmt zu werden sowie damit, dass die Produzenten diese Aufnahmen veröffentlichen und kommerziell verwerten dürfen. Die Rechte am eigenen Bild überlasse ich somit den Produzenten der Aufnahmen entgeltfrei. Aufgrund der Größe der Veranstaltung kann es zu Programmänderungen kommen.

Bankverbindung, Innerhalb Deutschlands

Hannoversche Volksbank eG, Kto: 254 587 000, BLZ: 251 900 01
Innerhalb der EU: IBAN: DE30251900010254587000;
swift code, BIC: VOHADE2H (keine zusätzlichen Gebühren!)
Teilnehmende, die aus Nicht-EU-Staaten kommen, zahlen bar bei Beginn der Veranstaltung, um unnötige Gebühren zu vermeiden.

Ich freue mich auf Euren Besuch! Liebe Grüße, Nils Klug

Conditions of participation

Since the forum capacity is limited, registrations will be handled in the order that they are received. In the event of cancellation up to six weeks before the start of the event an administrative fee of EUR 30 will be charged. After this point in time the event organizer will retain (or demand) the full sum, unless the participant provides a substitute participant. The signed registration form forms the only binding registration. Confirmations of registration will not be sent. Place of jurisdiction is Hannover. The official language of the event is English.

The Tai Chi Studio and/or other parties will produce a film and photographic documentation of the event. I am aware that film recordings will be made and photographs taken during the event and with my signature on the registration form I give my explicit permission that I may be filmed and photographed and that the producers may published and commercially exploit these image recordings. I thus grant the rights to my own image to the producers of the recordings at no charge. Due to the size of the event, changes in the program are possible.

Bank accounts, Within Germany

Hannoversche Volksbank eG, Account no.: 254 587 000, BLZ: 251 900 01; Within the EU: BAN: DE30251900010254587000; Swift code, BIC: VOHADE2H (no additional fees!)
Participants from non-EU states pay cash at the start of the event to avoid unnecessary fees.

I look forward to your visit! Best wishes, Nils Klug!

Anmeldung / Bestellung

Hiermit melde ich mich verbindlich an für

Den Betrag von _____ Euro zahle ich

bar bei Beginn per Überweisung
(Stichwort: Workshop + Datum + eigener Name)

Bankverbindung siehe Teilnahmebedingungen.

Ich brauche eine Quittung Schlafsackübernachtung

Ich biete einen Schlafplatz in Hannover an

Hiermit bestelle ich _____

Bitte schicken Sie mir detailliertere Informationen zu

Name _____

Adresse _____

Telefon _____

Mit der Unterschrift erkläre ich mich in der Lage, an der Veranstaltung teilzunehmen und dass ich bereit bin, für mich selbst verantwortlich zu sein. Ich komme für von mir verursachte Schäden selbst auf. Ich erkenne die Teilnahmebedingungen an.

Datum / Unterschrift _____

Registration / Order

I herewith make a binding registration for the

I will pay the sum of _____ Euro

in cash at the start of the event by transfer
(Reference: the workshop + date + your name) See conditions of participation for bank details.

I require a receipt Sleeping bag accommodation

I can provide a sleeping place in Hannover

I herewith order _____

Please send me detailed Information about:

Name _____

Address _____

Phone _____

With my signature I declare that I am able to take part in the event and that I am prepared to take responsibility for myself. I will be liable for any damage or loss I may cause. I acknowledge the conditions of participation.

Date / Signature _____