

[Home](#)[Aktuelles Treffen](#)[Lehrer und Themen](#)[Wie / Wo / Was](#)[Anmeldung](#)[Kommentare](#)[Videos](#)[Shop](#)

Lehrer und Themen

Lehrer und Themen des 16.

Internationalem Push Hands Treffen

Die Lehrer des 16. Internationalem Push Hands Treffen kommen aus Deutschland, Österreich, Italien, China und UK: [Barry McGinlay](#), [Emma Lee](#), [Niki Deistler](#), [Adam Mizner](#), [Klaus-Heinrich Peters](#), [Dieter Mayer](#) und [Yang ZhenHe](#).

Download dieser Seite als [PDF](#).

Niki Deistler



Studiert verschiedene fernöstliche Kampfkünste seit der Jugend. Seine Schwerpunkte sind das Taijiquan nach GM Huang Xing Xian und Taiji Tanglangquan (Gottesanbeterinnen Stil). Seine beiden Hauptlehrer sind Meister Lau Kung King (direkter Schüler von GM Huang) und

Meister Zhou Zhendong, Linienhalter im Taiji Tanglang in der 9. Generation.

[Niki Deistler](#) nahm erfolgreich an verschiedenen Wushu Meisterschaften in China teil und führte auch einige seiner Schüler zu einer erfolgreichen Teilnahme bei den österr. Wushu Meisterschaften.

2006 gründete er gemeinsam mit seiner Frau, Yonghui D.-Yi, den Verein – TAIJIARTS – zur Förderung der chinesischen Kampfkunst und Philosophie. Er verbringt regelmäßig viel Zeit in China.

Niki Deistler unterrichtet vollzeit in Wien. Er ist Lehrtrainer der IQTÖ (Interessensvertretung der österreichischen Qigong, Yiquan und Taijiquanlehrer), sowie Referent für Qigong an der Donau Uni Krems. Zu seiner Arbeit gehören auch verschiedene Projekte zum Thema Taiji und Coaching, sowie das Verfassen verschiedener Fachartikel.

Thema: Pushing Hands – Handverbindungen – von fixed Pattern zum freien Spiel

Um den Übergang von festgelegten Mustern zum freien Pushing Hands möglichst natürlich zu gestalten, entwickelte Meister Lau Kung King das sogenannte „Muster der Hand – Verbindungen“. Es fasst die besonders starken und wesentlichen Elemente aus dem reichhaltigen Tui Shou Repertoire von Huang Xingxian zusammen. Zunächst wird es wie ein fixes Muster geübt und kann dann immer freier kombiniert und flexibler ausgeführt werden. Z.B. vom Bogenschritt in den Parallelstand und schließlich im gebrochenen Stand. Anfänger haben so die Sicherheit, sich an einem fixen Rahmen orientieren und einen gewissen Flow genießen zu können, während Fortgeschrittene ihr Timing verbessern und den optimalen „Point of Issue“ suchen können.

Weil jedes Tui Shou auch nur so gut wie seine Unterlage ist, greifen wir in diesem Workshop auch auf bewährte Übungen der Huang Schule, wie z.B. „Taiji Bamen“(die 8 Grundkräfte), oder Elemente aus dem weissen Kranich zurück.

Klaus-Heinrich Peters



Klaus blickt auf über 20 Jahre Taijierfahrung zurück. Die letzten 15 davon widmete er Peter Ralstons Cheng Hsin, der „Kunst müheloser Stärke“. Er ist dort Inhaber des 3. Grades.

Ausgehend von der Hamburger Basis reist er seit einigen Jahren durch Deutschland und das benachbarte Ausland, um auf verschiedenen stilübergreifenden Workshops Ralstons „Prinzipien müheloser Stärke und effektiver Interaktion“ zu unterrichten.

Thema: Mühelose Stärke durch radikale Entspannung und bedingungsloses Nachgeben

Wie oft benutzen wir beim Pushing Hands expansive Muskelkraft, obwohl wir uns vorgenommen haben, entspannt zu bleiben? Wie oft geben wir Kräften nicht einfach nach, sondern versuchen sie abzuleiten, umzulenken oder mit Gegenkraft zu neutralisieren? Sind wir am Ende etwa doch nicht überzeugt davon, dass „das Weiche das Harte besiegt“?

Diese Workshops sind eine Einladung, Entspannung und Nachgiebigkeit kompromisslos ernst zu nehmen, damit sie tiefer in unsere Bewegungs- und Interaktionsmuster einsickern können. Wir werden meist ausserhalb des reinen Pushhands experimentieren, aber am Ende der 3 Tage das Gelernte zurück ins Taiji übertragen.

Dieter Mayer



DDQT zertifizierter Ausbilder f. Qigong & Taijiquan, Wing Chun und Escrima Lehrer

Kampfkünstler, Buchautor, Musiker und Handwerker

[Dieter](#) hat sein Leben der Fünf verschrieben, bzw. kann ihr einfach nicht entkommen. Denn sobald er sich von den Fünf Wandlungsphasen erholen will,

landet er beim Blues. Als bekennender Pentatoniker gilt seine große Liebe der Gitarre. In seinem Zimmer können alte Gibson und Fender Gitarren bestaunt werden. Seine Helden sind Jimi Hendrix, Muddy Waters und AC/DC. Bei ihm wird pulsiert, gefedert und vor allem gegroovt. In seinem Unterricht kann jeder die rhythmische Ordnung elementarer Bewegungsabläufe entschlüsseln und sein/ihr Timing verbessern.

Thema: Feel the Groove – Rhythmus im Push Hands

Wer einfühlsam, effizient und mit Spaß pushen will, braucht ein gutes Timing. Leider vergessen wir in unserem Bemühen um eine gute Haltung, korrekte Positionen und technisch präzise Bewegungsabläufe oftmals das Wichtigste – den Groove. In diesem Kurs habt Ihr die Möglichkeit mit einfachen Übungen und simplen Leitsätzen Euer rhythmisches Empfinden zu wecken und die innere Dynamik der Push-Hands-Pattern zu entschlüsseln. Sobald wir uns eingegroovt haben, werden wir die verschiedensten Anwendungen durchspielen und die verschiedensten rhythmischen Muster entdecken.

Yang ZhenHe

[Meister Yang ZhenHe](#) wurde 1953 in Guangfu, Yongnian, Provinz Hebei, Yongnian, der Wiege des Yangstil-Taijiquan geboren.



Der Begründer des Yang-Stils, Yang LuChan (1799-1872 kam aus Yongnian, Guangfu, Provinz Hebei). An diesem Ort wird in direkter Linie auch heute noch das Tai Ji Quan des Yang-Stils gepflegt.

Von Yang LuChan wurde diese Kunst über seine Söhne Yang BanHou (1837–1892) und Yang JianHou (1839–1917,) sowie seine Enkel Yang BanHou's

Sohn Yang ZhaoPeng (1872–1930) und Yang JianHou's Söhne Yang ShouHou (1862–1929) und Yang ChengFu (1883–1936) weitergegeben.

Durch die Verbreitung am Kaiserhof und die Boxeraufstände beeinflusst, hat vor allem Yang ChengFu den heutigen Yang-Stil entscheidend verändert, indem er die schnelleren und komplizierteren Bewegungen aus der Langform entfernte und die Bewegungen vergrößerte.

Zhai WenZhang (1919–1989), der Lehrer von Meister Yang Zhen He lernte von Yang ZhaoPeng und Yang ZhaoLin, einem Neffen von Yang BanHou. Er war zu seiner Zeit als offizieller Vertreter des Yang- und des Wu(Hao)-Stils in Guangfu tätig und nahm Yang ZhenHe als einen seiner Hauptschüler an.

Nach dem Tode Zhai WenZhang wurde Yang ZhenHe Schüler von Yang ZhenDuo, dem vierten Sohn von Yang ChengFu. Heute ist Yang ZhenHe als Cheftrainer für Yangstil-Tai Ji Quan in GuangFu tätig. Sein Tai Ji Quan wird an diversen Schulen und Universitäten im Raum Yongnian unterrichtet und er ist gefragter Dozent und Lehrer in ganz China sowie Japan, Singapur und Europa.

YANG, Lifen wird Ihrem Vater zusammen mit Thomas Börnchen aus Hamburg assistieren und eine Fächerform bei der Gala am Samstagabend vorführen.



YANG, Lifen, geb. 1980 in GuangFu, YongNian, China, ist eine Vertreterin der 6. Generation des Yang-Stil-Taijiquan. Sie lernte seit ihrer Kindheit bei ihrem Vater Meister ZhenHe Yang, Vertreter der 5. Generation des Yang-Stil-Taijiquan, das gesamte System des Yang-Stil-Taijiquan – diverse Faustformen,

Waffenformen und Tuishou. Sie hat mehrere Goldmedaillen in Wettkämpfen gewonnen. Sie ist Vize-Direktor des Yang ZhenHe Wushu Institut in Yongnian, Chef-Trainer für Taijiquan bei Yongnian Taijiquan Association in mehreren Ländern.

Thema: Eine historische Nachforschung des traditionellen Yang-Stil Tuishou.

Anhand zahlreicher historischer Dokumente und auch seiner eigenen jahrelangen Forschungsergebnisse in der Region Yongnian, der Heimat des Yans-Stil Taiji, wird Meister Yang die grundlegenden Werte des Yangstil-Tuishou erläutern, wie z.B. das richtige Verhältnis zwischen Yin und Yang, sanft und stark, weich und hart, langsam und schnell etc.. Wie haben die Altmeister früher Taiji praktiziert? Wie verstehen die Menschen aus der Heimat diese Werte noch heute? Wie sieht das Verhältnis zwischen der Strukturbildung, Energieflussweiterleitung und der Praxis des Tuishous aus? Dazu gibt Meister Yang entsprechend Beispiele und Demonstrationen.

Adam Mizner



Sifu Adam Mizner lehrt Yang-Stil Tai Chi Chuan in der Tradition von Huang Sheng Shyan und Yang Shou Hou. Adam hat zudem mehrere Jahre dem vertieften Studium von Daoismus, westlichen Geheimlehren und Buddha Dharma gewidmet und ist ein fortgeschrittener Laienschüler von Ajahn Jumnie in der Thai Forest-Tradition

des Theravada Buddhismus. Dieser tief spirituelle Hintergrund hat einen großen Einfluss auf seine Herangehensweise an Tai Chi und das Lehren.

Adam Mizner begann mit seinem Kampfkunsttraining in seiner Jugendzeit. Über die Jahre unternahm er ausgedehnte Reisen, um eine Fülle von Fertigkeiten und authentischen, traditionellen Lehren des Tai Chi zu erwerben. Sifu Mizner hat 7 Hauptlehrer des Yang-Stil Tai Chi aus den Linien von Huang Sheng Shyan und Yang Shou Hou gehabt und beherrscht die Meditation, die auch eine große Rolle für seine Herangehensweise an das Praktizieren und Lehren des Tai Chi Chuan spielt. Sifu Adam Mizner ist ein

Yang-Stil Tai Chi Chuan Lehrer der 7. Generation und übermittelt die äußere Form und die inneren Methoden dieser Systeme in einer unverfälschten und direkten Art und Weise.

Im Jahr 2004, nach intensivem persönlichen Training und vielen Jahren des Lehrens von Tai Chi, Qi Gong und Meditation, gründete Adam Mizner Heaven Man Earth Taiji International. Sifu Adam Mizner hat sein Leben der Lehre der traditionellen Kampfkünste und der Meditation verschrieben. Er hat Workshops in Australien, Asien, Nordamerika und Europa gegeben; Schüler und Lehrer aus der ganzen Welt besuchen ihn über das ganze Jahr hinweg im HME Hauptsitz in Phuket, Thailand für ergänzendes persönliches Training. Er siedelt zurzeit nach Europa über.

Themen:

„Song Gong und seine Anwendung im Push Hands“ –

Detaillierte Anleitung zur inneren Mechanik von Meister Huang Sheng Shyan's Lockerungsübungen und wie sie die Taiji-Kräfte für das und im Push Hands entwickeln.

„Die sechs Harmonien und inneres Jin“ – Wie man die sechs Harmonien entwickelt, die die entscheidenden Bestandteile der inneren Übungen sind; wie diese Harmonien zusammen kommen, um wirkliche innere Kraft zu erzeugen.

„Hua, Na und Fa“ – Das Umwandeln, das Blockieren und das Abgeben von Energie. Dies sind die taktischen Fertigkeiten des Taijiquan. Lerne, diese Energien zu entwickeln und wie du sie in Echtzeit kombinierst.

Emma Lee



Emma Lee ist Vizeweltmeisterin im Tai Chi und zweimalige Europäische Meisterin im Push Hands. Sie praktiziert seit 2002 Tai Chi und Qi Gong. Im Januar 2010 wurde Emma als erste Schülerin von Barry McGinlay zur Lehrerausbildung angenommen und arbeitet seitdem als Trainee Assistenzlehrerin bei der „Tai Chi Life School“.

Emma ist anerkannt als Fortgeschrittene Ausbilderin bei der Tai Chi Union Großbritanniens (TCUGB) und ist zertifizierte Ausbilderin der [Longfei Taijiquan Association](#) Großbritannien und dem British Council für Chinesische Kampfkünste (BCCMA).

Ergänzend erhielt sie Unterricht bei den Meistern Simon Watson, Richard Watson, Wang Yanji, Professor Li Deyin, Faye (Li) Yip und Tary Yip. Emma ist zudem mehrere Male nach China gereist, um ihr Tai Chi Training zu vertiefen.

Thema: Sich Bewegen: Einen Schritt weiter

In einfachen Schritten vom „fixierten“ (fixed) zum „bewegten“ (moving) Push Hands

Barry McGinlay



Barry McGinlay ist ein international erfolgreicher Tai Chi Wettkampfsportler; er ist Europameister und Trainer von WettkampfteilnehmerInnen auf nationalem, europäischem und Weltmeisterschaftsniveau. Er ist von der Tai Chi Union Großbritanniens als Ausbilder mit erweiterter Lizenz und von der [Longfei Taijiquan Association](#)

[Großbritannien](#) als Ausbilder zertifiziert.

Unter seinen Lehrern sind Meister Simon Watson, Meister Richard Watson, Meister Wang Yanji, Professor Li Deyin, Meister Faye Li Yip und Meister Tary Yip in der Linie nach Meister Li Tianji. Barry ist professioneller Kampfkünstler mit über 30 Jahren Erfahrung; als Lehrer der inneren und äußeren Kampfkünste betreut er eine breite Auswahl unterschiedlicher SchülerInnen.

Thema: In Harmonie mit dem Wechsel agieren

... die Verwendung der universellen Haupt-Annäherungstechniken

Wang Ning

Biografie: Kalligraph, Siegelschneider, Übersetzer, und Taijiquan-Lehrer — hat in Peking deutsche Literatur und Sprachwissenschaft studiert. Aufgrund seines Lebenslaufes ist es



dem Referent möglich, Brücken zu bauen zwischen chinesischem und westlichem Denken und Fühlen. Wir erhalten eine Einführung in die (philosophischen) Grundlagen der Bewegungskünste Taijiquan und Qigong – nicht durch einen trockenen, theoretischen Vortrag – sondern indem uns der Kalligraph die sich in Bildern äußernden

Vorstellungen der chinesischen Weltanschauung nachzeichnet. Sie sind in den chinesischen Schriftzeichen verborgen. Ihre Interpretation führt auf einem spannenden Weg durch die chinesische Kulturgeschichte. Sie bringt oft überraschend einen anderen Sinn zum Vorschein, als es uns die im Abendland verwendeten Entsprechungen und Übersetzungen nahe legen.

[Wang Ning](#) wird am Wochenende wieder seine Stempel während des freien Push Hands anbieten und mit Rat und Tat zu Fragen über die Philosophie zur Verfügung stehen.

Downloads Flyer früherer Treffen

[10. Push Hands Treffen](#)

[12. Push Hands Treffen](#)

[13. Push Hands Treffen](#)

[14. Push Hands Treffen](#)

[Lehrer_Themen_Push_2014](#)

[15. Push Hands Treffen](#)

[Lehrer und Themen – 15. Push Hands Treffen](#)

Hier finden Sie eine Auflistung aller [Lehrer](#) des Internationalem Push Hands Treffens und anderer Veranstaltungen des Tai Chi Studios Hannover.