

# Lehrer und Themen

Die Lehrer des 14. Internationalen Push Hands Treffens kommen aus Malaysia, Schweden, Deutschland, Schottland, Italien: Lau Kung King, Gianfranco Pace, Barry McGinlay, Nabil Ranné, Dieter Mayer, Paul Silfverstråle und Ronnie Robinson.

## Lau Kung King

**Biografie:** [Lau Kung King](#) war Schüler von Huang Xingxian. Das System von Huang Xingxian (1910 – 92) besteht aus drei Säulen. Während seiner Jugend lernte er Baihequan, „Weißer Kranich Kung Fu“, einen Stil aus seiner Heimat Fujian, sowie Lohanquan, einen sehr alten Shaolin-Stil von einem berühmten Meister – Xie Zhongxian, dessen Meisterschüler Chen Shiting und von einem weiteren Experten, Ban Chuangnian. Später erlernte er Taijiquan von Zheng Manqing. Huang Xingxian verstand es, alle drei Stile zu einem kompletten System zusammenzufügen und so deren Stärken zu nutzen. Handformen, Partnerübungen und die Übung mit traditionellen Waffen sind ausgewogen aufeinander abgestimmt. James Lau Kung King Lau Kung King war von 1977 an bis Huang Xingxians Tod dessen enger Schüler und genoss auch sein spezielles Vertrauen. Er arbeitet als Journalist und Chefredakteur der größten chinesischen Tageszeitung in Malaysia und ist als Generalsekretär der Fuzhou Gesellschaft (World Federation of Fuzhou Associations)<sup>4</sup> in Malaysia tätig. Er fungierte früher als Trainer und Generalsekretär von Huang Xingxians Taiji-Schule in Malaysia. Vor einigen Jahren begann er das System weiterzuentwickeln und gründete seine eigene Schule. Seit 2006 kommt er regelmäßig als Gastlehrer auf

Einladung von [Nikolaus Deistler und Yonghui Deistler-Yi nach Wien](#). Die beiden veranstalten auch regelmäßig Reisen nach Malaysia, um ihren SchülerInnen die Gelegenheit zu geben, den Huang-Stil aus erster Hand von Lau Kung King sowie von Yek Giong, dem Schwiegersohn von Huang Xingxian und Cheftrainer der Huang-Schule, zu studieren. <sup>4</sup> Fuzhou ist die Hauptstadt der Provinz Fujian in der VR China. Die Fuzhou Gesellschaft ist eine Wohltätigkeitsorganisation, die sich um Menschen mit dieser Abstammung kümmert. Ziel ist es ein weltweites Netz mit zahlreichen Niederlassungen zu gründen, sich gegenseitig sozial und ökonomisch zu unterstützen und vor allem schwachen Mitgliedern zu helfen, jungen Leuten Stipendien und Ausbildungen zu ermöglichen u.v.m. Heute umfasst die Fuzhou Gesellschaft weltweit bereits rund drei Millionen Mitglieder die außerhalb Chinas leben.

## Nabil Ranné

**Biografie:** [Nabil Ranné](#), geb. 1975, unterrichtet als direkter Schüler von Chen Yu in der 20. Generation der Gründerfamilie Taijiquan. Er hat im Fach Sportwissenschaft promoviert, diverse Fachartikel zum Thema veröffentlicht, ist vom Deutschen Dachverband für Qigong und Taijiquan (DDQT) als Ausbilder anerkannt und Gründer des [Chen-Stil Taijiquan](#) Netzwerks Deutschland (CTND).

**Thema:** Peng, Lü, Ji, An und weitere Taiji-Kräfte als Grundlage des Form-Trainings

## Sifu Paul Silfverstråle

**Biografie:** [Paul Silfverstråle](#) praktiziert asiatische Kampfkünste seit 20 Jahren und lernt Tai Chi Chuan bei Dan Docherty. Während eines mehrjährigen Aufenthalts in Asien trainierte er bei verschiedenen Wu-Stil-Familien in Malaysia und Singapur. Paul gewann verschiedene internationale Turniere und ist Vorstandsmitglied der Taiji and Qigong Federation for Europe TCFE.

**Thema:**

## Ronnie Robinson

**Biografie:** [Ronnie Robinson](#) ist eine wohl bekannte Figur der europäischen Tai-Chi-Szene. Seit vielen Jahren unterrichtet Ronnie auf diversen internationalen Tai Chi Chuan- und Qigong Treffen. Er ist Sekretär der TCFE, TCUGB und Herausgeber des Internal Arts Journal UK.

## Gianfranco Pace

Gianfranco Pace fing bereits als Teenager an, Taijiquan zu trainieren. Er forschte und studierte seitdem bei verschiedensten Meistern in aller Welt. Seine erste Taijiquan-Ausbildung im Chen-Stil absolvierte er bei **Shi** Ronghua und erlernte anschließend inneres Kungfu nach Sun Lutang mit

Meister Gou Honghai in Chengdu. Er trainierte auch einige Zeit in Chenjiagou, dem Geburtsort des Taijiquan, als Gast im Haus von Meister Chen Xiao Xing. Neben den verschiedenen Handformen des Chen-Stils beschäftigte sich Gianfranco Pace auch eingehend mit den Waffenformen im Taijiquan wie Schwert, Säbel, Lanze, Langstock und Doppelwaffen - und natürlich ebenfalls mit Tui Shou und Kampftechniken. 2009 gründete Gianfranco Pace die **International Taijiquan Kungfu Association (ITKA)** mit einer eigenen Taijiquan-Schule.

## Roberto Benetti

Roberto Benetti lebt und arbeitet in Vicenza. Er unterrichtet und praktiziert Tai Ji Quan (Chen- und Yang-Stil), Tai Ji Schwert, Nei Gong, Qi Gong, Tuishou und Xin Yi Quan. Tai Ji Quan praktiziert er seit 1985 und hat über 10 Jahre bei Meister George Xu und Flavio Daniele gelernt. Roberto beschäftigt sich vor allem mit Unterrichtsmethoden und der Verknüpfung von Wissenschaft und ganzheitlichen Disziplinen und ist Autor mehrerer Essays, Artikel und Lehrvideos über Tai Ji Quan.

**Thema:** Grundlagen des Tuina (traditionelle chinesische Massage).  
Prinzipien und grundlegenden interne Übungen. Die wichtigsten Techniken, sowie die Beziehung zu Tuishou (Push Hands).

Der Workshop ist gut für Anfänger die interessiert sind ihre Kampfkunst -Praxis zu verbessern oder zu vertiefen und auch für Praktiker von anderen Disziplinen (Yoga, Shiatsu, Physiotherapie, u.s.w.) geeignet.

Workshop-Programm

Grundlagen

Grundübungen für Innere Arbeit und Qigong für Hände, Ellenbogen und Schultern

Die wichtigsten Rolltechniken

Tuina und Tuishou: Wie man die Empfindlichkeit durch die richtige Praxis der Tuina entwickeln kann

## Dieter Mayer

"Kampfkünstler" und Bewegungslehrer [Dieter Mayer](#) ist Mitbegründer des ASS-Institut für Taijiquan und Qigong. Seit 20 Jahren ist er in der Aus- und Weiterbildung von Qigong- und Taiji-Lehrern tätig. Er ist als Ausbilder vom Deutschen Dachverband für Qigong und Taiji DDQT anerkannt.

Mit der Bewegungslehre nach den Fünf Elementen verbindet Dieter Mayer östliche Tradition und westliche Methodik. In seinem DAO-Center in Landsberg am Lech unterrichtet er Taijiquan, Qigong, Escrima und Wing Chun Kung Fu.

**Thema:** Beinarbeit - Schritte - Kicks - Klebende Füße - Kniehebel

Anhand einfacher Vorübungen, werden wir die innere Logik der Taiji-Schrittarbeit erkunden. Mit unserem Partner üben wir, wie wir die Prinzipien des Push-Hands auch auf die Beine übertragen können, z.B. in Kicks, Kickabwehr und Kniehebeln. Ihr werdet feststellen, das wir mit unseren

Beinen sogar pushen können. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene, Kämpfer und Nichtkämpfer geeignet. Um uns über Stilgrenzen hinweg zu verständigen, werden wir die Fünf Elemente als hilfreiches Bezugssystem nutzen.

Artikel zum Thema: [Typgerechtes Trainieren](#)

## 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.

## Teacher and Themes

The teachers of the 14th International Push hands Meeting are coming from Malaysia, Sweden, Germany, Scotland and Italy: Lau Kung King, Barry McGinlay, Roberto Benetti, Dieter Mayer, Nabil Rané, Paul Silfverstråle, Gianfranco Pace and Ronnie Robinson.

### Lau Kung King

Master Lau Kung King From 1977 on Lau Kung King was

Master Huang's close disciple until his death and he also enjoyed his special 3 trust. He works as a journalist and chief editor of the China's largest daily newspaper in Malaysia and is Secretary-General of World federation of Fuzhou Associations. He served formerly as Coach and General Secretary at Master Huang's Taiji School in Malaysia. Some years ago he began to develop the system and started his own school. Since 2006, he visits regularly as a guest teacher by invitation of his students Niki and Yonghui Deistler into Shambhala Taiji association in Vienna/Austria. The two Taiji-teachers also organize regular travels to Malaysia to give their students the opportunity to study Huang-style from first-hand by Master Lau as in the Huang School of Master Yek Giong in Miri/ Malaysia.

### **Grandmaster Huang Xingxian**

The system of Master Huang Xingxian (1910-92) is based on three columns. During his youth Huang learned Baihequan - White Crane Kung Fu, a style of his native town in Fujian, and Lohanquan, an ancient Shaolin style from a famous master – Xie Zhongxian, his master disciple Chen Shiting and from another expert, Ban Chuangnian. Later, he learned Taijiquan from Cheng Man Ching. Huang Xingxian knew how to merge all three styles to form a complete system and to use their particular strengths. Hand forms, partner exercises and the practice with traditional weapons are balanced with each other.

## **Gianfranco Pace**

Gianfranco Pace began to practice Taijiquan in his late teens, researching and studying with different masters from around the world. His initial training Taijiquan training was in Chen style with Shi Ronghua, before going to Cheng-du to study the internal kungfu of Sun Lutang, with master Gou Honghai. He also studied in Chenjiagou, the birthplace of Taijiquan, staying at the house of Master Chen Xiaoxin, as his guest. His huge passion for the practice of Taijiquan, also led him to the in-depth study of its weapons: sword, saber, Gundao, lance, pole and double weapons and, of course, also tui shou and fighting. He has also developed training exercises, to help to improve Taijiquan ability using additional training tools such as the elastic ball or the rolling pin (taiji bang). Gianfranco has developed his own study method to research the Art of Taijiquan as an effective martial art. During his career, he compared his own experience with that of masters Chen Xiaowang, Chen Xiaoxin and Wang Xiang. He has also worked to look at the connections between applying Taijiquan against Street fighting and has developed his own system of Taiji Self Defence (TSD) System, which is the result of his experiments. In recent years Gianfranco has been preparing a technical program useful for students, to train and practice fighting sports and in these last two years his senior young students have competed in sanda, full-contact fighting and boxing. In the 2009 he has founded his own Taijiquan school, now the basis of the International Taiji Quan Kung Fu Association (I.T.K.A.) . This school was created to develop a traditional Taijiquan teaching place where students come from all around the world to train in a residential boarding school.

**Topic:** 'From pushing hands basic principles to unbalancing, yanking and projection study.'

## **Roberto Benetti**

Roberto lives and works in Vicenza, Italy. He teaches professionally and practises Tai Ji Quan, Chen and Yang style, Tai Ji sword, Nei Gong, Qi Gong, Tuishou and Xin Yi Quan. He has studied Tai Ji Quan since 1985 and has been practising for more than 10 years with Master George Xu and Flavio Daniele. He deals particularly with teaching methodologies and with the relationship between Science and Holistic Disciplines. He is the author

of essays, articles and didactic videos on Tai Ji Quan.

**Topic:** Basics of Tuina (Chinese traditional massage). Principles and basic internal exercises. The main techniques. Relationship with Tuishou (Push Hands).

The workshop has to be regarded as a complementary activity for Martial Arts practice and for other kind of massages. The workshop is good for beginners interested to improve or deepen their martial practice as well as for practitioners of other Internal or Healing Arts (Yoga, Shiatsu, Physiotherapy, etc..)

Workshop Program

Basic principles

Basic exercises of Internal work and Qigong for hands, elbows and shoulders

The main rolling techniques

Tuina and Tuishou: how to develop sensitivity through the correct practice of Tuina

## Nabil Ranné

**Biography:** is a direct student of Chen Yu in Beijing and thus a 20th generation disciple of the founding family of Taijiquan in China. He practices a number of traditional Chen-Style Taijiquan hand and weapons forms and authored several articles on Taijiquan in books and magazines. Nabil did his PhD in sports science, acts as a founding member of the Chen-Style Taijiquan Network Germany ([www.ctnd.de](http://www.ctnd.de)) and is a certified instructor of the German Association for Taijiquan and Qigong (DDQT).

**Topic:** Peng, Lü, Ji, An and more Taiji dynamics as the fundamentals for Taiji form training.

## Paul Silfverstrale

**Biography:** has studied Asian martial arts for over 25 years, and is a student of Dan Docherty since 1998. He has lived, travelled, practiced and taught extensively in Europe, China and SE Asia, and spent thorough time in Malaysia and Singapore practicing with Wu-style family. He is an international tournament winner in forms, pushing hands and San Shou, many of his students have also been successful on the international competition arena. He works professionally teaching and practicing Tai Chi Chuan, functional training and TCM acupuncture.

**Topic:**

1. Tai Chi in punching - Da/Die Pu
2. Tai Chi in - ChinNa
3. Tai Chi in throwing - Shuai Jiao

## Barry McGinlay

Barry is a World Tai Chi champion, silver medalist pushing hands in the world famous Taiwan world championship and European Gold medalist, and has coached International World, European and National tai chi champions. He is a trailblazer for tai chi in the UK. He is certified as an Advanced Instructor by the Tai Chi Union for Great Britain (TCUGB) and as an Instructor of the Longfei Taijiquan Association of Great Britain. Barry is taught Tai Chi by Master Simon Watson, Master Richard Watson, Master Wang Yanji, Professor Li Deyin, Master Faye Li Yip and Master Tary Yip under the lineage of Master Li Tianji.

With over 30 years of experience, Barry is dedicated to teaching all aspects of martial arts and has been a Tai

Chi and Qigong practitioner for 18 years. He is a full time professional martial artist and teaches internal and external martial arts to a diverse range of students. He also teaches internationally and organises workshops and retreats in England, Thailand, Cambodia and China. These trips combine experiences of Eastern culture and philosophy with Tai Chi and Qigong training. All of these events have been popular and successful.

Being active within the London Chinese community, Barry has built strong links through teaching Tai Chi and Qigong, and from participating and performing at their cultural events. He is interested in the fusion of the performing arts and martial arts and has studied at the traditional school of Beijing Opera in China, and amongst other projects, has collaborated with professional dance choreographers to bring Tai Chi to the stage.

Barry works consistently within the local community. He has worked with children with special needs and behavioural issues, and students with medical conditions, including recovering cancer patients and students with heart-related conditions.

He has a very hands-on approach to his teaching practise and is dedicated to teaching the self empowerment that is generated within the individual's learning experience. He focuses on one-to-one attention for individual and specific needs and encourages all students to explore new boundaries and so reach their full potential.

## Dieter Mayer

**Biography:** “Martial artist” and movement teacher

Dieter Mayer is co-founder of the ASS Institute for Taijiquan and Qigong. He has been providing basic and supplementary training for Qigong and Taiji teachers for 20 years, and is accredited as a teacher trainer by the DDQT, the German Umbrella Organization for Qigong and Taiji.

In the Five Elements movement approach, Dieter Mayer combines eastern traditions and western methods. In his DAO Center school in Landsberg am Lech in Bavaria he teaches Taijiquan, Qigong, Escrima and Wing Chun Kung Fu.

**Theme:** Pushing hands together with the Five Elements as a useful reference system

Pushing hands together is a lot of fun, but it can also be very frustrating. Perhaps the person I am interacting with trains another style, has a different attitude or uses terms such as centre, sinking and relaxation in different ways than I do. In this seminar we will try to find a common frame of

reference. To this end we will enact difficult training situations together. This could be a difficult push, a complex movement from a form, or also a conflict between two partners. As we practice together we will familiarise ourselves with the Five Element system as a useful reference system. If we use the elements as orientation we can find a shared neutral basis for mutual appreciation and to learn from each other. I look forward to working with you.

Book tip as preparation: Typgerecht trainieren mit der Bewegungslehre nach den Fünf Elementen

## Wang Ning

**Biography:** calligrapher, seal cutter, translator and Tai Chi teacher – studied German literature and language in Peking. Thanks to his experience he is able to build bridges between the Chinese and Western worlds of thought and emotion. We will receive an introduction to the (philosophical) foundations of the movement arts of Tai Chi Chuan and Qigong — not through a dry and theoretical lecture, but as the calligrapher paints the image-based concepts of the Chinese world view. These concepts are hidden in the Chinese characters, and their interpretation takes us on an exciting journey through China's cultural history. This often leads to new and surprising meanings which are quite different to the normal correspondences and translations used in the West. **Ning will be around** at the free pushing hands sessionscutting seals and is happy to answer your questions about the philosophy of Taijiquan.

## Ronnie Robinson

**Biography:** has studied tai chi since 1981 and regularly teaches at major European events. He is the Secretary of the Tai Chi Union for Great Britain, the Taijiquan & Qigong Federation for Europe, Editor of Tai Chi Chuan & Internal Arts (UK) and the European Internal Arts Journal and organiser of Tai Chi Caledonia an annual internal arts event in his native Scotland.

**Topic:** Reaffirming Principles

Starting slowing and sensitively to establish, stance, structure and rooting we will progress (according to our development) to exercise our listening skills, neutralisation and energy projection.