

# 15th International Push Hands Meeting

18 - 22 February 2015 in Hannover, Germany

Independent of style and open to beginners, the more experienced and practitioners of other martial arts.



Dear Tai Chi Pusher,

I am delighted to present the full programme for the 15th 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 the lunch break. **Schedule**: 9.30 Presentation of the teachers and selection of workshops, 10.00 - 13.00 Workshops, 13.00 - 15.00 break, 15.00 - 17.45 free push hands. The legendary party with tai chi demonstrations will take place on 21 February. Participants who register and pay before the end of 2014 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](http://www.push-hands.de) in October 2014 or, on request, can be sent to you by post. Let's hope that the 15th meeting will once again feature the same good, constructive and respectful atmosphere that has characterised the previous events!

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

Liebe Tai Chi Puscher,

ich freue mich, Euch das Programm für das 15. 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 der Mittagspause. **Ablauf**: 9.30 Uhr Vorstellung der Lehrer und Auswahl der Workshops, 10.00 - 13.00 Uhr Workshops, 13.00 - 15.00 Uhr Pause, 15.00 - 17.45 Uhr Freies Push Hands. Am 21. Februar findet die legendäre Party mit Tai Chi-Vorführungen statt. Wer sich noch 2014 anmeldet und zahlt, erhält **10% Rabatt!** Das vollständige Programm sowie Informationen zu Lehrern und Themen, Anreise, Unterkunft und Wegbeschreibung findet Ihr ab Oktober im Internet auf [www.push-hands.de](http://www.push-hands.de) oder kann auf Anfrage postalisch zugesandt werden. Auf dass, das 15. 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

sponsored by:



<b>Wednesday, 18. Feb.</b>	Ronnie Robinson	Niki Deistler	Angela Menzel	
<b>Thursday, 19. Feb.</b>	Wilhelm Mertens	Niki Deistler	Angela Menzel	
<b>Friday, 20. Feb.</b>	Wilhelm Mertens	Niki Deistler	Gunawan Wibisono	Gianfranco Pace
<b>Saturday, 21. Feb.</b>	Barry McGinlay	Emma North	Gunawan Wibisono	Gianfranco Pace
<b>Sunday, 22. Feb.</b>	Barry McGinlay	Emma North	Gunawan Wibisono	Gianfranco Pace



TAI CHI-STUDIO, Nils Klug, Zur Bettfedernfabrik 1, 30451 Hannover, Fon +49(0)511 45 35 75  
Mobil +49(0)160 97 37 98 76 Email: [info@tai-chi-studio.de](mailto:info@tai-chi-studio.de) Website: [www.push-hands.de](http://www.push-hands.de)

# 15. Internationales Push Hands Treffen

18. - 22. Februar 2015 in Hannover

Stilunabhängig, offen für Anfänger und andere Kampfkünste.

## 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 19.- 21. February, Ronnie Robinson will be offering Qi Gong from 08.45 to 9.30 to give you a relaxing start to the day.

## Prices (Euro):

1 day 50,- ; 2 days 100,- ; 3 days 150,- ; 4 days 200,- ; 5 days 250,-

There are numerous inexpensive cafés, pubs, fast-food restaurants and supermarkets in the direct vicinity of the Tai Chi Studio, so that you can easily arrange your own meals.

## Registering

Please register by 21.01.2015 at the latest! Participants who register and pay before the end of 2014 will receive a 10% discount! You can use the [registration form](#) or, from October onwards, register online via [www.push-hands.de](http://www.push-hands.de).

## Accommodation

You can sleep in the Tai Chi Studio for 2 euros/night 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.

<http://en.push-hands.de>

## 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 19. – 21.02.2015 in der Zeit von 08.45 – 9.30 Uhr Qi Gong an.

## Preise (Euro):

1 Tag 50,- ; 2 Tage 100,- ; 3 Tage 150,- ; 4 Tage 200,- ; 5 Tage 250,-

In unmittelbarer Nähe zum Tai Chi-Studio gibt es zahlreiche preiswerte Cafés, Kneipen, Schnellrestaurants und Supermärkte, so dass Ihr Euch selbst verpflegen könnt.

## Anmeldung

Anmeldungen bitte bis spätestens 21.01.2015! Wer sich noch 2014 anmeldet und zahlt erhält 10% Rabatt! Ihr könnt das Anmeldeformular an das Tai Chi-Studio senden oder Euch ab Oktober online auf [www.push-hands.de](http://www.push-hands.de) anmelden.

## Unterkunft

Ihr könnt mit mitgebrachter Isomatte und Schlafsack Für 2 Euro/ Nacht im Tai Chi Studio übernachten. Eine Duschmöglichkeit ist vorhanden. Hotels, B & B's finden Sie im Internet.

<http://push-hands.de>

## Taiji-Europa.eu

Free entry to our European Teacher's Database & Calendar. Explore our Articles & Videos on Tai Chi Chuan, Qigong & other Chinese Internal Arts.

## Taiji-Europa.de

Kostenloser Eintrag in die Lehrerdatenbank & den Kalender. Fachartikel & Videos zu den Themenbereichen Tai Chi Chuan, Qigong, TCM und...



Like us on Facebook or sign in for the Newsletter and be up-to-date!

[Taiji-Europa.eu](http://Taiji-Europa.eu)

[Tai-Chi-Studio.de](http://Tai-Chi-Studio.de)

Like uns auf Facebook oder trage Dich in unserem Newsletter ein, um auf dem Laufenden zu bleiben!

[Taiji-Europa.de](http://Taiji-Europa.de)

[Tai-Chi-Studio.de](http://Tai-Chi-Studio.de)