

Morgen werden in Bad Schandau chinesische Bewegungskünste geübt

Bad Schandau

Der Krippener Thomas Richter veranstaltet einen Tai-Chi- und Qi-Gong-Tag.

Von Lars Kühl

KUEHL.LARS@DD-V.DE

Tai Chi und Qi Gong – die traditionellen chinesischen Künste werden morgen im Bad Schandauer Kurpark trainiert. Der Krippener Taijiquan-Lehrer Thomas Richter lädt zum ersten „Tai Chi & Qi Gong-Tag“ in der Region. Weltweit wird die Aktion bereits zum zwölften Mal durchgeführt. 1997 gründete Bill Douglas in Kansas-City (USA) den „World Tai Chi Day“, bei dem an öffentlichen Plätzen geübt wird.

Seitdem erfreut sich die Initiative immer größerer Beliebtheit. Mittlerweile wird in mehr als 65 Ländern jährlich am letzten Sonn-



Thomas Richter zeigt Kursteilnehmern in einem früheren Seminar, wie die Übungen richtig ausgeführt werden.

Foto: privat

abend im April trainiert. Tai Chi und Qi Gong sollen dadurch bekannter gemacht werden. Vor allem stehen aber auch ihre gesundheitlichen Aspekte im Mittelpunkt. „Denn die inneren Kampfkünste, zu denen beide gehören und von denen es 20 Richtungen gibt, betonen besonders die Gesundheit“, sagt Richter. In China lege man großen Wert darauf, dass die Kampfkunst und die Gesundheit eng zusammenhängen. Sein Wissen will Richter, der 2005 von seinem Meister Li Suiyin aus China zum Lehrer ernannt wurde, weitergeben. Deshalb bietet er den kostenfreien Unterricht und beantwortet Fragen.

Geht es nach Richter, soll der „Welt Tai Chi & Qi Gong-Tag“ zur Tradition in Bad Schandau werden. Außer Interesse müssten Besucher am Sonnabend nichts mitbringen. „Es können auch Leute kommen, die von Tai Chi überhaupt keine Ahnung haben“, erklärt er. Richter

wird die Bewegungsabläufe von Tai Chi erklären und Qi-Gong-Übungen zum Nachmachen zeigen. Auch ein paar Ernährungstipps hat er in petto. „Das Ganze ist für mich ein Experiment, denn ich weiß nicht, wie viele Leute kommen.“

Dass die Aktion ausgerechnet in seiner Heimatstadt Bad Schandau stattfindet, erfreut ihn. Eigentlich hatte er ebenso Pillnitz oder Pirna in Erwägung gezogen, letztendlich entschied er sich für den Kurort. Auch weil ihn die Bad Schandauer Kur- und Tourismus GmbH bei der Werbung unterstützt hat.

Vortrag und Fragerunde

- 9.45 Uhr: Treff im Kurpark
 - 10 Uhr: Beginn der Übungen
 - 10.45 Uhr: Kurzvortrag und Vorführung von Thomas Richter
 - 11 Uhr: Fragerunde
- www.taijiquan-saechsische-schweiz.de

SZ.24.04.2009