



Das TaijiDao System: Longmen Taiji, Bagua & Xingyi

Der Schulungsweg der Inneren Kampfkünste

Rahmenlehrpläne:

- Lernstufen und Praktikergrade
- Lehrergrade
- Meistergrade

Version 3.2 von 10/2012

Das TaijiDao System: Longmen Taiji, Bagua & Xingyi – Der Schulungsweg der Inneren Kampfkünste Rahmenlehrplan der Lernstufen (LS) und der Praktikergrade (PG)		
Grad:	Praktische und theoretische Inhalte:	Übung - und Vorbereitung:
1. LS/ PG	<p><u>Theorie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji Theorie I <p><u>Qi Gong & Meditation:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji Sitzmeditation I (太极坐功一) ▪ Taiji Liegemeditation I (太极卧功一) ▪ Taiji Stehmeditation (Stehende Säule) (太极站桩功 一二) ▪ Taiji DaoYin Gong I (太极导引功一) ▪ Taiji Spiralenergiearbeit (Seidenübungen) I (太极缠丝功一) <p><u>Grundschule & Formen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bagua Gehmeditation (Lao Ba Zhang) I (老八掌一) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 8 Monate
2. LS/ PG	<p><u>Theorie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji Theorie II <p><u>Qi Gong & Meditation:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji Sitzmeditation II (太极坐功二) ▪ Taiji Stehmeditation (Stehende Säule) II (太极站桩功 三四) ▪ Taiji DaoYinGong II (太极导引功二) ▪ Taiji Spiralenergiearbeit (Seidenübungen) II (太极缠丝功二) <p><u>Grundschule & Formen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bagua Gehmeditation (Lao Ba Zhang) II (老八掌二) ▪ Xing Yi – Fünf Fäuste (五行单式 进步和转身) ▪ Taiji 13er Kurzform (太极十三式套路) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 10 Monate
3. LS/ PG	<p><u>Theorie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji Theorie III <p><u>Qi Gong & Meditation:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji Sitzmeditation III (太极坐功三) ▪ Taiji DaoYin Gong III (太极导引功三) ▪ Taiji Spiralenergiearbeit (Seidenübungen) III (太极缠丝功三) ▪ Atemtraining I (吐纳功一) <p><u>Grundschule & Formen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ TaijiDao Yilu (太极道一路) ▪ Formvertiefung: Taiji 13er Kurzform (beidseitig) (太极十三式左右) <p><u>Partnerübungen & Anwendungen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Einhändige Tuishou Routinen (单手推法) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 12 Monate
4. LS/ PG	<p><u>Theorie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji Theorie IV <p><u>Qi Gong & Meditation:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Atemtraining II+III (吐纳功 二三) ▪ Taiji Spiralenergiearbeit (Seidenübungen) IV (太极缠丝功四) ▪ 5 Wandlungsphasen Qi Gong I-II (五行气功 一二) <p><u>Grundschule & Formen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundschule des Taiji Ball (太极球基本功) ▪ Xing Yi Fünf Fäuste (5 Bewegungsrichtungen) I-II (五行单式 五步一二) ▪ 5 Wandlungsphasen-Verkettungsform (五行连环) ▪ Taiji 13 Hände Stock (太极十三把) ▪ Formvertiefung: Taiji 13er – Stufe II (Atmung) (太极十三式 呼吸) <p><u>Partnerübungen & Anwendungen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Doppelhändige Tuishou Routinen I (双推手一) ▪ Tuishou – Sensitivitätstraining (Ting Jin) (推手 - 听劲) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 12 Monate

<p>5. LS/ PG</p>	<p><u>Theorie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji Theorie V <p><u>Qi Gong & Meditation:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji Explosionskraftübungen (太极吞吐功) ▪ Methoden der Qi Aufnahme (太极采气功) ▪ 5 Wandlungsphasen Qi Gong III-V (五行气功 三-五) <p><u>Grundschiule & Formen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Xing Yi Fünf Fäuste (5 Bewegungsrichtungen) III-V (五行单式 五步三-五) ▪ Die 8 Tore und 5 Bewegungsrichtungen des Taiji (太极八门五步) ▪ Taiji Säbel (太极十三刀) ▪ Taiji Spiralenergiestab (太极缠丝棒) ▪ Formvertiefung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji 13er – Stufe III (Anwend.) (太极十三式用法) + 5 Schritte und Partnerarbeit (太极十三式双人五步 训练) ▪ TaijiDao Yilu beidseitig (太极道一路左右训练) <p><u>Partnerübungen & Anwendungen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Doppelhändige Tuishou Routinen II (Dalü) (双手推手 – 大镗) ▪ Tuishou – Zhan Nian Lian Sui (推手 – 沾粘连随) ▪ Xingyi Partnerform: Wu Xing Pao (五行炮) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 12 Monate
<p>6. LS/ PG</p>	<p><u>Theorie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji Theorie VI <p><u>Qi Gong & Meditation:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Nei Dan Gong – Lernstufe I (内丹功 – 筑基一) <p><u>Grundschiule & Formen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Speergrundschiule (WuXing Qiang) (五行枪) ▪ TaijiDao Erlu (太极道二路) ▪ Taiji Schwert (太极十三剑) ▪ Taiji Ballform (太极球) ▪ Formvertiefung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji 13er – Stufe IV (Qi Li Dao I) (太极十三式 气加力道一) ▪ Chen 13er – Stufe II-IV (Atmung, Anwendung, Qi Li Dao I) (陈氏十三式呼吸.用法.气加力道一) <p><u>Partnerübungen & Anwendungen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Doppelhändige Tuishou Routinen III (双手推手 - 八卦方位推法) ▪ Tuishou – Hua Jin (推手 – 化劲) ▪ Xingyi Partnerform: An Shen Pao (安身炮) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 18 Monate
<p>7. LS/ PG</p>	<p><u>Theorie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji Theorie VII <p><u>Qi Gong & Meditation:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Nei Dan Gong – Lernstufe II(内丹功 – 筑基二) <p><u>Grundschiule & Formen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 8 Handwechsel des Bagua (八换掌) ▪ Taiji Langstock (太极十三棍) ▪ Formvertiefung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji 13er – Stufe V (Qi Li Dao II) (太极十三式 气加力道二) ▪ TaijiDao Yilu – Stufe II- IV (Atmung, Anwendung, Qi Li Dao I) (太极道一路呼吸.用法.气加力道一) <p><u>Partnerübungen & Anwendungen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Doppelhändige Tuishou Routinen IV (双手推手 – 乱插花) ▪ Partnerform zu den 13 Grundprinzipien (十三式对练套路) ▪ Taiji Sanshou Grundlagen (Distanz & Timing) (太极散手 – 时间差和距离感) ▪ Taiji Sanshou mit und ohne Partner (太极套路用法的灵活运用) ▪ Freie Anwendung und Kampf mit den Kurz Waffen (中兵实战) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 18 Monate

<p>8. LS/ PG</p>	<p><u>Theorie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji Theorie VIII <p><u>Qi Gong & Meditation:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Nei Dan Gong – Lernstufe III (内丹功 – 筑基三) <p><u>Grundschule & Formen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji Speerform (太极十三枪) ▪ Taiji Dagan (太极大杆) ▪ Taiji Krückstock (太极拐) ▪ Formvertiefung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji 13er – Stufe VI (Qi Li He Dao) (太极十三式气力合道) ▪ Chen 13er & TaijiDao Yilu – Stufe V (Li Dao) (陈氏十三式气加力道二) ▪ TaijiDao Erlu beidseitig (太极道二路 左右训练) <p><u>Partnerübungen & Anwendungen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Freie Tuishou Anwendungen (推手实战) ▪ Freie Anwendung und Kampf mit den Langwaffen (长兵实战) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 24 Monate
<p>9. LS/ PG</p>	<p><u>Theorie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji Theorie IX <p><u>Qi Gong & Meditation:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Nei Dan Gong – Lernstufe IV (内丹功 – 筑基四) <p><u>Grundschule & Formen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Taiji Hellebarde (太极春秋大刀) ▪ Taiji Peitsche (太极鞭) ▪ Formvertiefung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Chen 13er & TaijiDao Yilu – Stufe VI (Qi Li He Dao) (陈氏十三式和太极道一路气力合道) <p><u>Partnerübungen & Anwendungen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Freie Anwendung und Kampf mit flexiblen Waffen (软兵实战) ▪ Freier Kampf (散手实战) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 24 Monate
<p>Die hier angegebenen Inhalte geben den groben Rahmen der einzelnen Lern- und Ausbildungsstufen wieder. Die genauen Inhalte entnehmen Sie bitte dem vollständigen Curriculum für die einzelnen Praktikergrade</p>		
<p>Prüfungen zur Anerkennung eines Praktikergrades (PG):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Prüfungen innerhalb des Lernstufensystems, die zur Anerkennung eines Praktikergrades führen, sind für Anwender rein freiwillig, jedoch für angehende Lehrer verpflichtend! <p>Prüfungsbestimmungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Unterstufe (PG 1-3): Ein Prüfer mit entsprechender Berechtigung ▪ Mittelstufe (PG 4-6): Prüfungskommission aus zwei Prüfern mit entsprechender Berechtigung ▪ Oberstufe (PG 7-9): Prüfung durch die ständige Prüfungskommission (mind. 2 Ausbilder und das Systemoberhaupt) 		
<p>Stand des Ausbildungscurriculums: 24.10.2010 (Vers. 3.2)</p>		

Das TaijiDao System: Longmen Taiji, Bagua & Xingyi – Der Schulungsweg der Inneren Kampfkünste Rahmenlehrplan der Lehrergrade (LG)				
Berechtigung:	Praktische Inhalte:	Theoret. Inhalte:	Weitere Inhalte:	Übung - und Vorbereitung:
Übungsleiter (1 LG)				
Unterrichtsart: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Assistenzunterricht ▪ Wiederholung in Übungsgruppen ▪ Leitung von Kindergruppen unter Supervision ▪ Keine eigenständige Lehrberechtigung 	Übungsformen: <ul style="list-style-type: none"> ▪ PG 1 & 2 Formvertiefung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ TaijiDao 13er – Stufe I Anwendungen: <ul style="list-style-type: none"> ▪ 5 Fäusten 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ PG 1 und 2 (Vertie-fung) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundlagen der Lehrmethodik 	Übungserfahrung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 1,5 Jahre Unterrichtserfahrung: keine
Kursleiter (2 LG)				
Unterrichtsart: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Eigene zyklische Wochenkurse Lehrbefähigung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ PG 1-2 ▪ TaijiDao Yilu ▪ Einhändige Tuishou-Routinen 	Übungsformen: <ul style="list-style-type: none"> ▪ PG 1-3 ▪ ChangShou Gong I Formvertiefung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ TaijiDao Yilu – Stufe I Anwendungen: <ul style="list-style-type: none"> ▪ TaijiDao 13er und Yilu 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ PG 1-3 (Vertie-fung) ▪ Yang Sheng Theorie 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Methodik & Didaktik I ▪ Grundlagen: TCM, Sport-medizin, Sportwissen-schaft und Bewegungs-lehre 	Übungserfahrung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 3 Jahre Unterrichts-erfahrung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ 10 Hospitationen ▪ mind. 5 Stunden Assistenz-unterricht Ausbildung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 250 UE
Gruppenleiter (3 LG)				
Unterrichtsart: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Fortlaufende Gruppen Lehrbefähigung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ PG 1-4 Prüfungsberechtigung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ - PG 1 + 2 	Übungsformen: <ul style="list-style-type: none"> ▪ PG 1-5 ▪ ChangShou Gong II ▪ ChangShou Gong I (Qi Dao + Atmung) Anwendungen: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Yilu 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ PG 1-5 LG 1-2 (Vertie-fung) ▪ Vertiefte Yang Sheng Theorie ▪ Prüfungs-methodik 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Methodik & Didaktik II ▪ Vertiefung: Sportmedizin, Sportorthopädie, TCM 	Übungserfahrung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 5 Jahre Unterrichts-erfahrung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 150 Stunden Ausbildung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 400 UE
Lehrer (4 LG)				
Unterrichtsart: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Eigener Schulbetrieb ▪ Lokale Seminare Lehrbefähigung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ PG 1-6 Prüfungsberechtigung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ PG 1 - 4 	Übungsformen: <ul style="list-style-type: none"> ▪ PG 1–7 ▪ LG 1-3 ▪ ChangShou Gong II (Qi Dao + Atmung) Formvertiefung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Säbel – Stufe II ▪ ShiSanBa – Stufe II + IV) Anwendungen: <ul style="list-style-type: none"> ▪ TaijiDao Erlu ▪ 8 Hand-wechsel ▪ ShiSanBa ▪ Säbel ▪ Schwert 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ PG 1-7 (Vertie-fung) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Methodik & Didaktik III ▪ Vertiefung TCM ▪ Vertiefung therapeutischer Aspekte ▪ Entwicklung und Evaluation von methodisch didaktischen Konzepten 	Übungserfahrung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 8 Jahre Unterrichts-erfahrung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 300 Stunden Ausbildung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 600 UE
Ausbilder (5 LG)				
Unterrichtsart: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Überregionale Lehrgänge Lehrbefähigung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ PG 1-8 ▪ LG 1-4 Prüfungsberechtigung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ PG 1 – 7 	Übungsformen: <ul style="list-style-type: none"> ▪ PG 1 – 8 ▪ LG 1-4 Formvertiefung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Säbel (Stufe IV) ▪ Erlu, Schwert, Chans Si Bang, Ball (Stufe II + IV) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ PG 1-9 LG 1-4 (Vertie-fung) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Methodik & Didaktik IV ▪ Vertiefung TCM ▪ Vertiefung therapeutischer Aspekte 	Übungserfahrung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 12 Jahre Unterrichts-erfahrung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 600 Stunden Lehrbefähigte Schüler: <ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 2 Ausbildung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 1100 UE

Ausbildungs- und Prüfungsordnung der ETG für den Bereich Taiji, Bagua & Xingyi (Version3.2)

▪ LG 1 - 4	▪ ShiSanBa (Stufe V) ▪ TaijiDao Yilu (Stufe VI)			
Ausbildungssupervisor (6 LG)				
Unterrichtsart: ▪ Alle Unterrichtsarten Lehrbefähigung: ▪ PG 1-9 ▪ LG 1-5 Prüfungsberechtigung: ▪ PG 1-9 ▪ LG 1-5	Übungsformen: ▪ PG 1-9 ▪ LG 1-5 ▪ Fu Qi Wo Gong 1-3 Formvertiefung: ▪ Langstock (Stufe II & IV) ▪ Erlu, Ball, Schwert, Säbel, Chan Si Bang (Stufe V) ▪ ShiSanBa (Stufe VI) Anwendungen: ▪ Langstock	▪ PG 1-9 (Vertie-fung) ▪ LG 1-5 (Vertie-fung)	▪ Methodik & Didaktik V ▪ Vertiefung TCM ▪ Vertiefung therapeutischer Aspekte ▪ Eigene Forschung im Bereich Kampfkunst, Lebenspflege und Philosophie	Übungserfahrung: ▪ mind.15 Jahre Unterrichts-erfahrung ▪ mind. 900 Stunden Lehrbefähigte Schüler: ▪ mind. 4 Sonstiges: ▪ Veröffentlichungen über TD Ausbildung: ▪ mind. 1500 UE
Legende: PG = Praktikergrad LG = Lehrgrade				
Die hier angegebenen Inhalte geben den groben Rahmen der einzelnen Ausbildungsstufen wieder.				
Prüfungsbestimmungen:				
<ul style="list-style-type: none"> ○ Übungsleiter- und Kursleiterprüfung: Prüfungskommission aus mindestens zwei Ausbildern ○ Alle weiteren Prüfungen werden vor den Mitgliedern der ständigen Prüfungskommission der Europäischen TaijiDao Gesellschaft abgelegt (mind. 2 Ausbilder und das Systemoberhaupt) 				
Stand des Ausbildungscurriculums: 24.10.2010 (Vers. 3.2)				

**Das TaijiDao System: Longmen Taiji, Bagua & Xingyi –
Der Schulungsweg der Inneren Kampfkünste
Rahmenlehrplan der Meistergrade (MG)**

Voraussetzungen & Inhalte:

Erster Meistergrad (1 MG)

Vorraussetzungen:

- Mindestens 18 Jahre intensive Praxis
- Weitere Veröffentlichungen über TaijiDao
- Vertiefung der Theorie
- Große Verdienste für die Verbreitung des Systems

Therapeutische Techniken:

- Tuina Anmo + Huo Guan (Schröpfen)

Daoistische Kultivierung:

- Nei Dan Gong – Lernstufen 5-6

Vertiefungsstufen:

- Krückstock, Hellebarde, Da Gan, Speer, Peitsche (HuXi, Qi Dao, Anwendung)
- Langstock (Li Dao)
- TaijiDao Erlu, Schwert, Säbel, Ball, ChanSiBang (Qi Li He Dao)

Zweiter Meistergrad (2 MG)

Voraussetzungen:

- Vorbereitungszeit auf den zweiten Meistergrad: mindestens 4 Jahre
- Buchveröffentlichung über TaijiDao (z.B. über Formen, Trainingsmethoden, etc.)
- Mindestens 2 Schulen an verschiedenen Orten
- Erhebliche Verdienste für die Verbreitung des Systems

Therapeutische Techniken:

- Akupunktur (Zhen Jiu)
- Weitere Vertiefung der Theorie

Daoistische Kultivierung:

- Nei Dan Gong – Lernstufen 7-9

Vertiefungsstufen:

- Krückstock, Hellebarde, Da Gan, Speer, Peitsche (Li Dao)

Dritter Meistergrad (3 MG)

Voraussetzungen:

- Vorbereitungszeit für den dritten Meistergrad: mindestens 5 Jahre
- Buchveröffentlichung über theoretische und philosophische Aspekte
- Internationale Lehrtätigkeit
- Herausragende Verdienste um die Verbreitung des Systems
- Mindestens 3 Schulen an verschiedenen Orten

Daoistische Kultivierung:

- Nei Dan Gong – Lernstufen 10-12

Vertiefungsstufen:

- Qi Li He Dao bei allen Formen

Stand des Ausbildungscurriculums: 24.10.2010 (Vers. 3.2)