

12. Taijiquan (tai-chi) in Qigong (chi-kung) vikend oddih in sprostitev

Od 21. do 23. novembra 2025 (pet-ned), Terme Dobrna



Tradicionalni kitajski veščini za krepitev in izboljšanje vašega zdravja in počutja!

太极拳 气功



Popust do 44€ za predplačila do 12. novembra 2025!

Draga prijateljica, dragi prijatelj!

Ponovno se bliža čas za prijetno druženje in skupno vadbo, za sprostitev in nova doživetja, za srečanje s prijatelji ali ustvarjanje novih prijateljstev, ter seveda za poglobljanje starega znanja in pridobivanje novega.

Vabimo te na 12. taijiquan in qigong oddih in sprostitev v Termah Dobrna, ki bo potekal od 21. do 23. novembra 2025. **Vadba je tudi za popolne začetnike brez predznanja.** Program vodita: Chen Shining in Tina Hribar.

Oddih je idealen za vse, ki želite krajši zdravilni odklop od vsakdanjih obveznosti.

Zdravilna moč vaj in nasveti, ki jih boste prejeli na oddihu, vas bodo krepili celo zimo vse do pomladi in naprej!

Za vas smo namreč ponovno pripravili **poseben in vsebinsko bogat program, primeren za negovanje zdravja v času jeseni in zime.**

Popolno usklajena mešanica prakse (vadba) s kančkom teorije, za boljšo kakovost življenja in dobro zdravje po načelih tradicionalne kitajske medicine (TKM).

Petkovo potopisno predavanje je novost na programu in se izvaja samo na naših oddihih v Termah Dobrna!

Program in urnik

DAN	TRAJANJE		VSEBINA (predavanje / vadba)	
1. dan: 21.11.25, petek	1,5 ure	19:30-21:00	Predavanje:	Utrinki iz Kitajske (1. del, Shangahi)
2. dan: 22.11.25, sobota	5 ur	10:00-12:30; 15:30-18:00	Vadba: Zdravilni in medicinski QIGONG za zimski čas	Vadba: Osnove TAIJIQUANA in Chen slog forma 19 - forma velemojstra Chen Xiaowang-a
3. dan: 23.11.25, nedelja	3 ure	10:00-13:00	Vadba: Zdravilni in medicinski QIGONG za zimski čas	Vadba: Osnove TAIJIQUANA in Chen slog forma 19 - forma velemojstra Chen Xiaowang-a

Opomba: Petkov večer je rezerviran za potopisno predavanje, sobota in nedelja pa za vadbo qigonga in taijiquana. Vadba bo istočasno potekala v dveh skupinah. Sami si izberete tisto, ki vam najbolj ustreza, glede na vaše potrebe. Čistim začetnikom pa vsekakor bolj priporočamo qigong skupino!

Cenik

Cenik je razdeljen na program delavnice in na bivanje v hotelu. Če bivate z nami v hotelu, plačate v dveh obrokih, če sodelujete samo na programu, pa plačate samo prvi obrok za program. Rok plačila za **prvi** obrok (znesek programa) je do **12.11.2025**, za **drugi** obrok (znesek bivanja) **pa 17.11.25**.

Popusti veljajo samo na program delavnice (do 12.11.) in so razdeljeni v dve glavni kategoriji:

- Če bivate v hotelu, velja do roka za predplačilo višji popust: **15% za 3 dni** udeležbe na programu, **10% za 2 dni** udeležbe na programu, **5% za en dan**, odvisno od števila nočitev.
- Brez bivanja velja fiksni popust na program **5%** do roka za predplačilo, ne glede na število dni udeležbe.
- Bivanje je urejeno v hotelu Švicarija**** (cena za našo skupino je ugodnejša).

Cenik za PROGRAM oddiha na osebo:

CENA ZA PROGRAM (od 21.10. do 12.11.2025)	3 DNI (21.-23.11.) PET-NED	2 DNI (22.-23.11.) SOB-NED	2 DNI (21.-22.11.) PET-SOB	POSAMEZEN DAN
REDNA CENA programa	290€	240€	200€	50€/150€/90€
CENA za udeležence, ki bivate v hotelu (od 21.10. do 12.11.)	217,5€ (do 20.10.) 246€	204€ (do 20.10.) 216€	170€ (do 20.10.) 180€	45€/135€/81€ 47€/142€/85€
CENA za udeležence, ki NE bivate v hotelu (od 21.10. do 12.11.)	261€ (do 20.10.) 275€	216€ (do 20.10.) 228€	180€ (do 20.10.) 190€	45€/135€/81€ 47€/142€/85€

V primeru odpovedi: Po 22.10.2025 zadržimo celotni znesek. / Znesek se v izjemnih primerih (zdravniško potrdilo ali višja sila) lahko spremeni v dobropis za ostale naše dejavnosti do konca maja 2026, od katerega odštejemo vse morebitne stroške, ki morda nastanejo v našo škodo (hotel ipd).

Cenik za BIVANJE v hotelu Švicarija**** na osebo:

2 x polpenzion v DVO - posteljni sobi (21.-23.11,2025)	146€
2 x polpenzion v ENO - posteljni sobi (21.-23.11,2025)	176€
1 x polpenzion v DVO - posteljni sobi (22.-23.11 ali 21.-22.11.)	95€
1 x polpenzion v ENO - posteljni sobi (22.-23.11 ali 21.-22.11.)	105€

V ceno bivanja je vključeno: Vstop v termalne bazene hotela Vita****, tudi na dan odhoda / vstop v Savna SPA v hotelu Švicarija**** / uporaba kopalnega plašča v času bivanja / vstop v fitness, brezplačen Wi-Fi in parkirišče / Hišni ljubljenci so dovoljeni z doplačilom / Pri polpenzionu lahko večerjo menjate za kosilo. **Obvezno doplačilo: Turistična taksa: 2,5€/noč/osebo in enkratna prijavnina: 2€/osebo**

Pomembno: Predhodna prijava na delavnico je obvezna preko prijavnice na spletni strani. / Rezervacijo za vaše bivanje urejamo mi. / V prijavnici označite, če želite deliti sobo. / Prevoz si urejate sami / Zadnje napotke prejmete 3 dni pred delavnico. / www.taijiquan-qigong.si

Se že veselimo snidenja!