

PRESSEINFORMATION

Kampfkunst an der Küste

Tao Kung Fu Workshop an der Türkischen Riviera



Tao Masa bringt Gloria-Gästen Tao Kung Fu bei

Viel Platz im Gloria Serenity Resort für die Selbstentfaltung

©Fotos: Gloria Hotels & Resorts

Download per Hyperlink oder unter <http://www.primo-pr.com/bildarchiv/downloads.php?category=25>

Belek/Frankfurt, 06. August 2014. Die Gloria Hotels & Resorts in Belek an der Türkischen Riviera setzen im Rahmen ihres Großprojektes Gloria Sports Arena, die als größte Sportstätte der Türkei im Januar 2015 an den Start gehen soll, verstärkt auf sportliche Angebote im Urlaub. So steht Selbstentfaltung durch Selbstverteidigung im September 2014 im Fokus. Mit dem erfahrenen Trainer Tao Masa aus Thailand lernen Teilnehmer vor der Kulisse des Taurusgebirges, wie sie durch das Tao Kung Fu System ihr inneres Lächeln entfalten sowie Energie, Geist und Körper in Balance bringen können. Der Workshop findet vom 11. bis 17. September 2014 im Gloria Serenity Resort statt. Weitere Informationen: www.gloria.com.tr

Das Tao Kung Fu System ist eine Selbstverteidigungsform mit Ursprung China, die mit einem ganzheitlichen Gesundheitsansatz gelehrt wird. Ziel ist, eine natürliche innere Ruhe für mehr Selbstsicherheit zu erlangen. Koordination, Beweglichkeit und die Balance zwischen Körper, Geist und Seele werden durch verschiedene Techniken verbessert.

Der Tao Kung Fu System Workshop im Gloria Serenity Resort ist in drei Teile gegliedert: Inner Smile, 6 Healing Sounds und Tai Chi Qigong 1. Der Inner Smile ist die erste und wichtigste Übung, um jedes einzelne innere Organ mit positiver Energie zu füllen. Die 6 Healing Sounds sind spezielle Übungen für die Koordination von Geist und Körper, um negative Energien abzubauen und die Balance zwischen Energie, Geist und Körper wiederherzustellen. Tai Chi Qigong 1 ist die langsame Form des Tai Chi mit 13 kraftvollen Bewegungen, die leicht zu erlernen sind. Hier werden Muskeln, Gelenke, Bänder, Rückenmark und die ganze Körperstruktur beansprucht, um Geist und Körper in Einklang zu bringen. Diese Form ist auch ideal, um die Körperenergie so zu stärken, dass sie gegen externe Kräfte wie aggressives Drücken oder Ziehen gewappnet ist.



PRESSEINFORMATION

Der Workshop findet vom 11. bis 17. September 2014 im Gloria Serenity Resort statt. Die Basisübungen mit Theorie-Einheiten gehen von 09.30 bis 12.00 Uhr. Nachmittags und abends stehen Tai Chi Qigong 1 und Tao Yin auf dem Programm.

Für Hotelgäste ist der Workshop im Rahmen des Aufenthaltes kostenfrei.

Zu Tao Masa

Tao Masa, geboren in Süditalien, lebt in Thailand und ist einer der führenden Gesundheits- und Wellnessexperten im Bereich der Selbstverteidigung und Selbstentfaltung. Er startete seine Martial Arts Karriere mit vier Jahren. Von Karate Shotokan Dojo über Shaolin Kung Fu Sanda zu Aikido ist sein Knowhow umfangreich. Er ist weltweit zertifiziert als Universal Tao System Trainer von Großmeister Mantak Chia für verschiedene Einheiten wie Inner Smile und Six Healing Sounds. Tao Masa gibt regelmäßig Unterricht im Tao Garden (Zentrale der Universal Healing Tao) in Chiang Mai, Thailand. Er trainiert ebenso die Polizei in Chiang Mai. Mehr zu Tao Masa unter: <http://www.tao-kungfu.com/>.

Weitere Informationen zu Gloria Hotels & Resorts in Belek sind abrufbar unter: www.gloria.com.tr.

Die Gloria Hotels & Resorts sind über alle renommierten Reiseveranstalter buchbar.

Zu Gloria Hotels & Resorts

Wo das Mittelmeer und das Taurusgebirge zusammentreffen, begeistern die Gloria Hotels & Resorts, eine Marke der in der Türkei angesehenen Özaltin Holding, mit ihren Fünf-Sterne-Anlagen im sonnenverwöhnten Ganzjahresziel Belek, nur 30 Kilometer vom Flughafen Antalya entfernt. Dazu gehören auf insgesamt 212 Hektar Fläche die drei Hotels Gloria Golf Resort (seit 1997), Gloria Verde Resort (seit 2001) und Gloria Serenity Resort (seit 2007) sowie der Gloria Golf Club, der mit insgesamt 45 Löchern der größte Golfplatz seiner Art in der Türkei ist (zwei 18-Loch Meisterschaftskurse und ein 9-Loch Akademie Kurs, entworfen vom bekannten französischen Golfplatz-Architekten Michel Gayon). Das Gloria Convention Center bietet mit modernster technischer Ausstattung die richtige Plattform für Meetings, Kongresse und Events aller Art. Zudem plant die Özaltin Holding die Eröffnung der Gloria Sports Arena im Januar 2015 – die als größte Sportstätte der Türkei sowohl Profis als auch Amateure mit über 40 Sportarten begrüßen wird. Ob Urlaub mit Golfgepäck, für die Seele mit vielen orientalischen Spa-Highlights und Gourmeterlebnissen, oder mit vielfältigen Freizeitangeboten für die Familie, Gloria Hotels & Resorts bieten mit ihrem Gesamtkonzept eine Vielzahl an Leistungen für die unterschiedlichsten Zielgruppen. Weitere Informationen: www.gloria.com.tr