

**Zeitschrift:** Schweizer Soldat : die führende Militärzeitschrift der Schweiz  
**Herausgeber:** Verlagsgenossenschaft Schweizer Soldat  
**Band:** 73 (1998)  
**Heft:** 4

## **Werbung**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 01.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

### Was ist Tai Chi Chuan?

Tai Chi Chuan ist eine alte chinesische Gesundheitsübung mit meditativem Charakter und philosophischem Hintergrund, die ursprünglich als Kampfkunst entwickelt worden ist. Langsame, weiche, fließende Bewegungen im Einklang mit dem Atem und den natürlichen Bewegungsmöglichkeiten des Körpers führen zu innerer Ruhe. Ausgeglichenheit, Konzentration und Ausdauer. Die bekannteste Übung ist die Form, eine Folge von vorgegebenen Bewegungsformen, die, im Zeitlupentempo, ohne Unterbrechung ineinander übergehen. Sie besteht aus drei Teilen. Nach Erlernen der Form folgen die sechs Vertiefungsstufen der Form. Die Form bildet die Basis für alle anderen Übungen. Es sind dies u.a. Partnerübungen, Fighting-Form, Schwertform, Säbelform.

### Die ITCCA (International Tai Chi Chuan Association)

Viele unterrichten Tai Chi Chuan – im Westen wie in China – mit ungenügender Kenntnis der Formen und Techniken und der tieferen Aspekte. Kriterien für Meisterschaft sind hierzulande noch kaum bekannt, die Ausbildung von Lehrern ist nicht geregelt (es gibt keine straff organisierten Verbände, keine Grad oder Gürtelprüfungen wie in anderen Kampfkünsten). Ziel der

ITCCA ist es, den alten authentischen Yang-Stil, wie er von Yang Lu-Chan begründet und von Yang Chen-Fu in China verbreitet wurde, allen Interessierten in der Welt zugänglich zu machen.



## TAI CHI CHUAN

der alte, authentische Yang-Stil

**Neuer Anfängerkurs in Höngg  
ab Dienstag, 12. Mai 1998, 17.45 Uhr**

Auskunft und Anmeldung:  
Ruedi Kern, Telefon 01 867 13 51  
ITCCA Int. Tai Chi Chuan Association

## Der «Schweizer Soldat»: Ein typisches Geschenk von Ihnen.

Militärisch interessierten Personen aus Ihrem Familien-, Freundes- und Bekanntenkreis können Sie mit einem Abonnement der Zeitschrift «Schweizer Soldat» zeigen, dass Sie ihr Engagement verstehen und zu schätzen wissen. Für nur Fr. 48.- (inkl. MwSt) schenken Sie Monat für Monat informative, mutige und kritische Berichterstattungen zu militärpolitischen und wehrtechnischen Fragen, Ereignissen und Veranstaltungen – zwölfmal pro Jahr. Der «Schweizer Soldat»: ein typisches Geschenk von Ihnen.

### Bestellschein

Bitte einsenden an:

- Huber & Co. AG, Verlag Schweizer Soldat, 8501 Frauenfeld  
☐ Ich bestelle 1 Abonnement Schweizer Soldat bis auf Widerruf (1998 Fr. 48.-/Jahr inkl. MwSt)  
☐ Ich bestelle 1 Abonnement Schweizer Soldat für 12 Monate zu Fr. 48.- (inkl. MwSt)

Name:

Vorname:

Strasse/Nr.:

PLZ/Ort:

Die Rechnung geht an obige Adresse. Die Zeitschrift ist zu senden an:

Name:

Vorname:

Strasse/Nr.:

PLZ/Ort:

Geschenkkarte an mich / Empfänger(in). Zutreffendes unterstreichen.



## QUALITÄT UND SICHERHEIT

- mit CH-Schaleneiern
- mit CH-Eiprodukten, flüssig und pasteurisiert
- mit L+S Importeuren mit Hygienekonzept
- mit Tk-Früchte- und Gemüse-Sortiment
- mit frischen Zucht- und Wildpilzen
- und vielen weiteren Produkten

Wir beraten Sie gerne

<b>Basel</b> Tel. 061/317 96 96	<b>Bern</b> Tel. 031/982 10 50	<b>Buchs / SG</b> Tel. 081/756 17 77
<b>Cadenazzo</b> Tel. 091/858 26 30	<b>Emmen</b> Tel. 041/260 57 57	<b>Haldenstein / GR</b> Tel. 081/353 28 74
<b>Kloten</b> Tel. 01/814 08 00	<b>Lausanne</b> Tel. 021/652 11 52	<b>Rorschach</b> Tel. 071/845 50 30



Albisstrasse 17  
im Sihltor  
8134 Adliswil  
Tel. 01 - 710 31 48

**optik jacob**  
Brillen- und Kontaktlinsenspezialist



auch an  
Ihrem Kiosk!