



Sessa: Ein kleines Tessiner Dorf in den Bergen



Schattiges Training mit malerischer Kulisse



Urchige Tessiner Küche im Unione

## SANSONG NEWSLETTER - APRIL 2026

**SESSA 2026:** Sonntag, 5. Juli bis Samstag, 11. Juli 2026 ☺

Liebe Taiji- und Qigong-Begeisterte

Auch dieses Jahr freuen wir uns als Verein SANSONG die beliebte **Taiji- & Qigong Trainingswoche** in Sessa TI anzubieten mit reichhaltigem Trainingsprogramm (Montag – Freitagabend):

<b>Vormittag</b>	7.00 - 8.15 Uhr	Aufwärmen, Standing und Reeling Silk	Jacinta Lahl
	8.15 - 9.30 Uhr	19er Form Laojia	Christof Wetzel Michel Stadelmann
	<i>ca. 9.30 - 16.30 Uhr</i>	<i>Frühstück / Mittagspause individuell (lange Dauer v.A. wegen der Hitze)</i>	
<b>Nachmittag</b>	16.30 - 17.30 Uhr	Qigong/ Standing	Peter Minder Daniel Stehli
	17.30 - 18.30 Uhr	Schwertform	Peter Minder

Christof und Michel gehen gerne auf Wünsche zu 38er Form, Tuishou sowie Repetitionen (Laojia/ 19er Form) ein; Details werden vor Ort individuell vereinbart.

**Erster Treffpunkt** ist am Sonntag, 5. Juli um 17.00 Uhr im Restaurant Unione. Nach der Begrüssung gibt es ein kurzes Standing und Qigong. Anschliessend essen wir gemeinsam im Unione zu Abend. 😊

### Unterkunft

Im Hotel Grappoli sowie im Unione sind aktuell noch Zimmer frei. Im Hotel Grappoli sind zudem aktuell noch zwei Zimmer bis 15. Mai für uns reserviert (Stand 23.4.). Gebt bitte beim Buchen an, dass ihr zur Taiji-Gruppe Olten gehört und informiert Jacinta; dies sichert euch die Preisermässigung. Bei Bedarf können wir euch gerne unterstützen.

### Kosten

Das Training kostet 50.- CHF pro teilgenommenen Tag und fliesst vollumfänglich in die Vereinskasse. Es können auch nur einzelne Tage besucht werden. Dazu wird täglich eine Teilnahme-Liste aufliegen. Anhand dieser Liste wird nach Sessa eine Rechnung erstellt und euch per E-Mail zur Zahlung geschickt.

### Anmeldung

Bitte meldet euch bis am 14. Juni 2026 per E-Mail bei [sansong@gmx.ch](mailto:sansong@gmx.ch) an mit Angabe der gewünschten Trainingstage - dies könnt ihr auch kurzfristig vor Ort ändern - und eurer Adresse/ Telefonnummer.

Wichtig: Der Verein organisiert ausschliesslich die Trainings. Die Unterkunft, Reise, Verpflegung und Versicherung sind Sache der Teilnehmenden.

Wir freuen uns auf eine energiegelade, gesellige und kulinarisch genussreiche Sessa-Woche mit euch im wunderschönen Tessin. 😊

Patrick - Michel - Jacinta - Marcus - Gabriela

