



Taiji Bailong Ball

www.taijiball.com



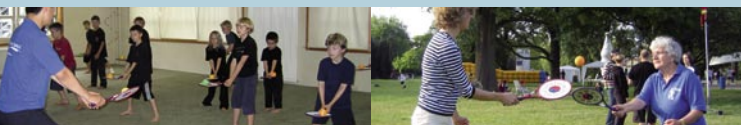
Taiji Bailong Ball (TBB) ist eine neue Sportart aus China.

Erfunden und entwickelt wurde sie von Prof. Bai Rong.

“Bailong“ bedeutet “weißer Drache“.

Gleich den Bewegungen des Drachens aus der Legende sind die Bewegungsabläufe im TBB-Spiel äußerst geschmeidig, rund, ja fast spiralförmig und elastisch.

Das Racket ist mit einer Gummimembran bespannt, die leicht nachgiebig auf den anteilig mit Sand gefüllten Ball reagiert.



Die Vielfältigkeit in den Bewegungsabläufen macht diese Sportart faszinierend und interessant. Dazu passt auch, das TBB allein im Soloplay und mit mehreren im Multiplay oder Competiton gespielt wird.

Im **Soloplay** übt der Spieler allein mit Musik. Das Racket begleitet den Ball in ausgedehnten, fließenden Kreisen und Bögen um den Körper.

Im **Multiplay** wird mit einem oder mehreren Partnern miteinander gespielt. Die dritte Variante, **Competition**, ist die, die mit einem oder mehreren Spielern in einem abgesteckten Feld und über ein Netz von 1,75m Höhe gespielt wird. Beim Multiplay wird der Schwung des Balles mitgenommen und umgeleitet, ohne auf den Ball zu schlagen.



Ein ganz wesentlicher Grund TBB zu spielen ist - neben dem **Spaß** - das bei gleichmäßig fließendem Atem vor allem Körper, Geist und Seele von selbst in **Balance** kommen. Das wirkt sich besonders positiv auf Ihr gesamtes Leben aus!

Informationen zu Equipment, DVD/Lehrbuch, Turnieren und zertifizierte Trainer:



Taiji Bailong Ball Association e.V.

Diekbarg 20a · 22397 Hamburg · Germany

Tel: +49/40/271679-35 · Fax: -33

info@tajiball.com · www.tajiball.com