

The background image shows a person in a white Tai Chi uniform performing a pose in a traditional Chinese courtyard. The person is in the center, with their arms extended. The courtyard is paved with stone tiles. In the background, there are traditional Chinese buildings with dark roofs and mountains in the distance. A stone lantern is visible on the right side of the image.

Häufig gestellte Fragen

Ihr umfassender Leitfaden für das Studium an der Traditionellen Tai-Chi-Schule von Yangshuo, gegründet 2012 von Meister Wu Heng Dong (Kim Wu). Die Schule befindet sich in einem authentischen Haus aus der Qing-Dynastie im Dorf Jima, in der malerischen Region Yangshuo, einem UNESCO-Weltkulturerbe.

F - Werde ich mein eigenes Zimmer haben?

Ja, du wirst dein **eigenes Zimmer mit angeschlossenem Bad** haben. Keine geteilten Schlafsäle, keine schnarchenden Fremden neben dir, nur du, deine Praxis und vielleicht ein paar Mücken, die die Nachricht nicht erhalten haben.

Dein Zimmer ist einfach, aber komfortabel, im rustikalen chinesischen Stil. Denk daran: „*Es ist kein 5-Sterne-Hotel, aber definitiv ein 5-Sterne-Tai-Chi-Retreat*“.

Bett und Einrichtung Ein echtes Bett (kein Holzbrett, versprochen), dazu ein Schreibtisch, Stühle, Regale und manchmal sogar ein kleiner Balkon für den Abendtee.	Klimaanlage Klimaanlage und Heizung, um dich im Sommer kühl und im Winter warm zu halten. Ein einziger Tastendruck = sofortiger Komfort.	Angeschlossenes Bad Westliche Toiletten, heiße Dusche im „Tropenregen“-Modus, Wandhaartrockner und Heizlampen.
---	--	--

Badausstattung

- **Westliche Toiletten** (zwei Spültasten - wähle dein Abenteuer 💧💧)
- **Heiße Dusche** mit „Tropenregen“-Modus und Handbrause
- **Wandhaartrockner** (damit du deine Haare nicht mit einem Tai-Chi-Fächer trocknen musst)
- **Heizlampen**, damit du dich wie eine warme Teigtasche im Dampfgarer fühlst
- **Elektrischer Warmwasserbereiter** für heißes Wasser (Schalter umlegen und ein paar Minuten warten)

Inklusive Leistungen

- Duschgel, Shampoo, Zahnbürste + Zahnpasta
- Frische Handtücher (damit du weniger mitnehmen musst)
- Wasserflaschen und Wasserkocher für Tee
- Universalsteckdose + USB-Anschlüsse (220 V)



☐ Jedes Zimmer hat seinen eigenen Schlüssel und Schloss. Dein Raum = dein Heiligtum. Wandkunst, Teppiche und das unverkennbare „Du bist in China“-Gefühl runden das Erlebnis ab.

(Tut uns leid, kein Zimmerservice mit Latte; es ist eine Tai-Chi-Schule, kein Starbucks 😊)

D - Ist es ein Hotel oder eine Schule?

Es ist eigentlich eine **traditionelle Tai Chi Chuan Schule, gegründet 2012 und in einem authentischen Qing-Dynastie Haus im Dorf Jima gelegen**, die auch Unterkunft anbietet. Es ist kein Hotel, das lediglich Tai Chi Chuan Unterricht anbietet.

Meister Kim tut sein Bestes, um viele „westliche Annehmlichkeiten“ anzubieten - Klimaanlage, westliche Toiletten, WLAN und normale Betten - aber letztendlich ist dies eine Trainingsschule, kein Resort.

Das bedeutet, das Leben hier ist einfach, und ein Teil der Erfahrung besteht darin, sich an diese Einfachheit anzupassen. Das Essen wird geteilt, die Reinigung erfolgt bei Bedarf (einmal pro Woche), und die Atmosphäre ähnelt eher der einer großen Familie als einem Hotelservice.

Was du NICHT erwarten solltest

- Gepäckservice
- Zimmerservice
- Dass dir jemand einen Cappuccino zum Frühstück bringt
- Hoteleinrichtungen

Du wirst wahrscheinlich enttäuscht sein (und Meister Kim wird sicherlich verwirrt sein 😊)

Was du erwarten solltest

- Zusammenleben mit anderen Schülern
- Den täglichen Rhythmus der Schule teilen
- Eine Atmosphäre, die einer großen Familie gleicht
- Die Freiheit, nicht alles "für dich erledigen zu lassen"

Betrachte deinen Aufenthalt als eine Gelegenheit, eine authentische Trainingserfahrung zu erleben

Betrachte deinen Aufenthalt als eine einzigartige Gelegenheit, mit anderen Schülern zu leben, zu trainieren und zu essen, den täglichen Rhythmus dieser historischen Schule zu teilen und vielleicht sogar die Freiheit zu genießen, nicht alles "für dich erledigen zu lassen".

D - Gibt es einen Gemeinschaftsraum?

Ja! Im zweiten Stock haben wir einen **Gemeinschaftsraum**: Stellt es euch wie die Netflix-Version der Schule vor, aber mit mehr Tee und weniger Binge-Watching.



Teetisch

Für die abendlichen Teezeremonien von Meister Kim (und eure tägliche Dosis Koffein).



Billardtisch

Perfekt, um euer "Tai Chi mit Billardqueue" zu üben.



Tischtennis

Trainiert eure blitzschnellen Reflexe abseits der "klebrigen Hände".

Weitere Gemeinschaftsangebote

- **Eine große Bibliothek** voller aller Art von Lektüre (und ohne Mahngebühren)
- **Lokale Schätze** aus Meister Kims Heimatdorf: authentische Zimtstangen, lokale Tees und ein handgemachter Kräuterbalsam
- **Schulartikel**: T-Shirts, Tai-Chi-Kleidung und Schuhe

Die Regale beherbergen Schätze wie den Kräuterbalsam (stellt euch den weisen Cousin des Tigerbalsams vor: rein, potent und nicht massenproduziert).



Ja, ein Leben nach dem Training gibt es, sei es, um Tee zu trinken, zu lesen, zu spielen oder einfach zu plaudern. Elegant, praktisch und garantiert ein Gesprächsstoff zu Hause.

F - Kann ich meine Wäsche waschen?

Absolut. Auf jeder Etage gibt es eine Waschmaschine, und ****Waschmittel wird kostenlos zur Verfügung gestellt.**** Angesichts der warmen Trainingsbedingungen (und der Luftfeuchtigkeit) ist es ein wahrer Segen, seine Kleidung regelmäßig waschen zu können.

O1

Wäsche einlegen

Öffnen Sie die Luke und legen Sie die Wäsche hinein. (Nicht überladen, am besten halb- bis zweidrittelvoll füllen.)

O2

Waschmittel hinzufügen

Geben Sie das Waschpulver in das entsprechende Fach.

O3

Einschalten

Drücken Sie den roten Knopf (电源 / Power), um die Maschine einzuschalten.

O4

Programm wählen

- 标准 = Standardwäsche (geeignet für Alltagskleidung)
- 快洗 = Schnellwäsche (schneller Zyklus, leichte Wäsche)
- 强洗 = Intensivwäsche (für verschwitzte Trainingskleidung, Handtücher usw.)
- 漂洗 = Nur Spülen
- 脱水 = Nur Schleudern

O5

Waschzyklus starten

Drücken Sie die Taste  (启动/暂停 / Start/Pause), um zu starten.

O6

Zum Trocknen aufhängen

Warten Sie, bis der Waschzyklus beendet ist, und hängen Sie dann die Wäsche auf die Wäscheständer.

✔ **Tipp:** Schnelltrocknende Sportkleidung ist ideal für die lokale Feuchtigkeit, da sie viel schneller trocknet als dicke Baumwolle.

Wäscheständer stehen neben den Maschinen oder in der Nähe der Zimmer zur Verfügung, damit Ihre Wäsche auf natürliche Weise trocknen kann. So halten Sie Ihre Trainingskleidung frisch, ohne die Hälfte Ihres Kleiderschranks von zu Hause mitbringen zu müssen.

D - Gibt es WLAN in der Schule?

Ja, das gibt es - **aber** lassen Sie uns das gleich klarstellen.

Schul-WLAN

Sie können sich mit einem der Schulnetzwerke verbinden: **taichio1**, **taichio2** oder **taichio3** mit dem Passwort **taichi123**. So einfach ist das.

Was ist das Problem? Das WLAN-Signal ist... sagen wir, "schüchtern". Dicke Wände, schlechte Abdeckung und viele Interferenzen machen es nicht ideal zum Netflix-Schauen.



⊗ Internetbeschränkungen in China

China wendet strenge Internetbeschränkungen an: Viele ausländische Websites und Anwendungen wie Google, YouTube, WhatsApp, Gmail usw. sind blockiert. Um darauf zugreifen zu können, benötigen Sie ein **VPN, das in China wirklich funktioniert** (Spoiler: kostenlose VPNs funktionieren nicht). Kostenpflichtige Dienste wie Surfshark, ExpressVPN oder CyberGhost funktionieren manchmal, aber es ist ein ständiges Katz-und-Maus-Spiel.



Die eSIM-Lösung

In den letzten Jahren haben Telefone, die **eSIM** unterstützen (eine digitale SIM-Karte, die mit einem QR-Code installiert wird), das Leben enorm vereinfacht. Anstatt sich auf das Schul-WLAN zu verlassen oder mit einem VPN zu kämpfen, können Sie eine internationale eSIM verwenden.



Einfache Installation

Die Installation ist einfach über die **Mobimatter**-App. Die Abonnements reichen von 10 Tagen bis zu einem ganzen Jahr.

Empfohlener Anbieter

Unser Favorit: die eSIMs von **Hutchison (3)** (suchen Sie nach dem roten '3'-Logo). Kaufen Sie eine, die **China, Hongkong und Macau** abdeckt. Wir nutzen sie seit 3 Jahren, sie funktionieren gut und sind erschwinglich.



Tipps zur eSIM-Installation

- Stellen Sie vor dem Kauf sicher, dass Ihr Telefon eSIM-kompatibel ist
- Während der Installation: Verwenden Sie ein anderes Gerät (Tablet/Laptop/Telefon), um den QR-Code zu scannen
- Nach der Installation: Deaktivieren Sie Ihre Haupt-SIM, schalten Sie WLAN und VPN aus und aktivieren Sie Datenroaming für die eSIM
- Mobimatter hat auch ein praktisches Widget, um Ihre Daten direkt vom Startbildschirm aus zu überwachen

Also ja, es gibt WLAN in der Schule. Aber wenn Sie ununterbrochenes Internet möchten, ohne ständig zwischen WLAN/VPN wechseln zu müssen, ist eine eSIM der richtige Weg.

D - Welches Tai Chi Training werde ich erhalten?

An der Traditionellen Tai Chi Schule von Yangshuo, gegründet von Meister Wu Heng Dong (Kim Wu), liegt unser Hauptaugenmerk auf dem **Chen-Stil Tai Chi**. Dieser alte und kraftvolle Stil, oft als "das Original" angesehen, zeichnet sich durch dynamische Spiralen, fließende und weiche Bewegungen sowie gelegentliche Kraftausbrüche aus, sodass du dich wie eine Mischung aus Philosoph und Kung Fu Meister fühlst.

Obwohl Meister Kim als Meister des Chen-Stils bekannt ist, verfolgt die Schule einen ganzheitlichen Ansatz für innere Kampfkünste. Neben dem Chen-Stil sind wir stolz darauf, ein vielfältiges Studienprogramm anzubieten, um deine Ausbildung zu bereichern:

Grundprinzipien des Chen-Stils

Das Hauptprogramm konzentriert sich auf die authentischen Formen und Prinzipien des Chen-Stils.

Süd-Shaolin-Kung-Fu

Für Abenteuerlustige: ein Einblick in das traditionelle Süd-Shaolin-Kung-Fu, um deinen Kampfkunstaspekt zu erweitern und zu diversifizieren.

Yang-Stil und Schwert

Erkunde den beliebten Yang-Stil 24 und den fließenden Yang-Stil 42 mit dem Schwert für ein breiteres und vielfältigeres Verständnis.



Tai Chi Qigong

Tauche ein in grundlegende Übungen, die deine Atmung offenbaren, dein Gleichgewicht verbessern und deine innere Energie entwickeln werden (und ja, dazu gehören auch elegante Armbewegungen, die du stolz als Training bezeichnen kannst!).

Stoßende Hände (Tui Shou)

Stelle dein Gleichgewicht und deine Sensibilität auf die Probe und entdecke, wie überraschend schwierig es ist, ruhig zu bleiben, während dein Partner deine Stabilität herausfordert.

Waffentraining

Meistere den Stock, das gerade Schwert, den breiten Säbel und sogar den eleganten Fächer. Nichts sagt "tödliche Anmut" so schön wie das langsame Entfalten eines Fächers.

- ✔ Meister Wu Heng Dong ist bekannt für seine außergewöhnliche Fähigkeit, Schüler anderer Stile zu führen und sicherzustellen, dass man sich nie fehl am Platz fühlt. Anfänger erhalten eine geduldige und gründliche Ausbildung, erfahrene Praktizierende vertiefen ihr Wissen und jeder lernt etwas Wertvolles, oft mehr als erwartet.

Obwohl die Grundlage hier unbestreitbar in den Formen des Chen-Stils liegt, ist die Atmosphäre offen, flexibel und reich an verschiedenen Lernmöglichkeiten.

D - Was kann ich in der Schule machen?

Mehr als du dir vorstellen kannst! Die Schule ist nicht nur Stretching und langsame Bewegungen, sondern auch ein kleines Kulturzentrum.



Chinesisch Sprachkurse

Lerne mehr als nur „xièxiè“ und „nǐ hǎo“ zu sagen. Du wirst überrascht sein, wie weit dich „Wǒ yào miàn“ (Ich will Nudeln) bringen kann.

Experten-Tipp: Lade dir **Pleco** oder **Baidu Translate** vor dem Kurs herunter; es wird dein Leben viel einfacher machen.



Kalligraphiekurse

Entdecke die Kunst von Pinsel und Tusche. Am Anfang sehen deine Zeichen vielleicht aus wie kleine betrunkene Männchen, aber keine Sorge, Übung macht den Meister.

Experten-Tipp: Trag Kleidung, die schmutzig werden darf. Es passiert.



Fächerbemalung

Bemal deinen eigenen Kampfkunst-Fächer. Achtung: Wenn du einen Drachen malst, bist du gesetzlich verpflichtet, ihn mindestens einmal dramatisch zu schwingen. Der Fächer wird vom Meister gestellt.

Experten-Tipp: Fächer können gefaltet werden; überprüfe deinen *nachdem* die Farbe getrocknet ist.



Tui Na Massage

Das perfekte Mittel gegen Muskelschmerzen nach dem Training. Es kann intensiv sein, aber du wirst dich wie neu fühlen.

Experten-Tipp: Trink danach warmes Wasser; es hilft, Giftstoffe auszuleiten.



Filmabende mit Meister Kim

Erwarte Kung-Fu-Klassiker, chinesische Dramen oder etwas völlig Unerwartetes.

Experten-Tipp: Popcorn ist nicht inklusive, aber Erdnüsse oder Sonnenblumenkerne sind tolle Alternativen.



Chinesische Instrumentalkurse

Probier Guzheng, Erhu oder Flöte. Am Anfang klingt es vielleicht wie das Kreischen einer sterbenden Gans, aber alle werden trotzdem klatschen!

Experten-Tipp: Lass dein erstes Mal aufnehmen; es wird urkomisch sein.



Kochen und Knödelzubereitung

Praktisch, lustig und essbar. Es ist keine Schande, deine Kostproben zu essen.

Experten-Tipp: Trag keine dunkle Kleidung; das Mehl wird dich finden.

D - Wie ist das Wetter?

Wenn du das Klima in Yangshuo verstehst, kannst du clever packen und das ganze Jahr über bequem trainieren.

Sommer (Juni-September)

Heiß, feucht und schwitzig. Bei über 30°C und hoher Luftfeuchtigkeit zu trainieren, kann sich anfühlen, als würde man Tai Chi in einer Sauna machen. Glücklicherweise hat Meister Kim **zwei riesige Klimaanlage**n im Dojo installiert, um die Dinge erträglich zu halten. Du wirst immer noch schwitzen, aber du wirst zumindest nicht schmelzen.

1

2

3

4

Winter (Dezember-Februar)

Kalt und feucht. Die meisten Gebäude haben keine Zentralheizung, also zieh dich in Schichten an. Denk an Hoodies, Pullover und vielleicht sogar Thermounterwäsche, wenn du kälteempfindlich bist.

Herbst (Oktober-November)

Immer noch warm, weniger feucht und sehr angenehm zum Trainieren. Diese Zeit gilt oft als ideal für einen Besuch.

Frühling (März-Mai)

Mild und kühl, gelegentlich regnerisch, mit viel Grün überall. Die Natur erwacht in dieser schönen Jahreszeit.

Was man im Sommer einpacken sollte

- Leichte, atmungsaktive Kleidung
- Schnell trocknende Sportkleidung (ein Lebensretter!)
- Feuchtigkeitsableitende Stoffe
- Sonnencreme

Was man im Winter einpacken sollte

- Warme Kleidung in Schichten
- Kapuzenpullover und Pullover
- Thermounterwäsche
- Wasserdichte Jacke

Ganzjährige Essentials

- Bequeme Trainingskleidung
- Gute Wanderschuhe
- Regenbekleidung
- Flexible Schicht-Optionen

Packtip: Denk daran, dass das Outdoor-Training Teil des Erlebnisses ist, also kleide dich clever und lass das Wetter deine Geduld ebenso auf die Probe stellen wie dein Tai Chi.

Jede Jahreszeit bietet ein einzigartiges Trainingserlebnis, vom meditativen Nebel des Frühlings bis zur herausfordernden Hitze des Sommers. Nimm die natürlichen Rhythmen an und lass das Wetter Teil deiner Tai-Chi-Reise sein.

D - Gibt es veganes/vegetarisches Essen?

Ja... und nein. Lassen Sie mich das erklären.

Für Vegetarier

Hier ist die Situation ziemlich gut. Im Speisesaal gibt es einen großen runden Tisch, auf dem sich normalerweise 8 bis 10 verschiedene Gerichte befinden. Stellen Sie sich ein kulinarisches Karussell vor: Der Tisch dreht sich, und Sie nehmen einfach, was Ihnen schmeckt, und lassen, was Ihnen nicht schmeckt. Jeden Tag finden Sie Gerichte mit Brokkoli, Tofu, Lotuswurzeln, eingelegten Gurken, Auberginen, Kartoffeln oder Pak Choi.

Für Veganer

Hier wird es etwas komplizierter. Die meisten Gerichte werden nach traditioneller chinesischer Methode zubereitet, was oft Soja, Öl und manchmal ein kleines Geheimnis bedeutet. Wenn Sie *strenge* Veganer sind, werden Sie es wahrscheinlich als Herausforderung empfinden, aber nicht als unmöglich.



Frühstück

Unsere liebe "Kochmama" bereitet chinesischen Porridge, Eier und manchmal Obst zu. Im Kühlschrank finden Sie Milch, Joghurt, Müsli und Haferflocken. Manchmal gibt es Instantkaffee (normalerweise mit Milch). Für heißes Wasser gibt es einen Wasserkocher.



Mittag- und Abendessen

Frische Gerichte (ca. 10 Sorten), serviert an einem großen runden Tisch. Nehmen Sie, was Sie möchten, aber verschwenden Sie nichts; die Köchin nimmt das sehr persönlich.



Sonderwünsche

Manchmal können Sie Meister Kim bitten, etwas anderes zuzubereiten, aber seien Sie vernünftig: Es muss für die gesamte Gruppe passend sein.

- ☐ **Reisliebhaber, freut euch!** Es gibt immer einen Reiskocher. Und auch wenn Esstäbchen die Norm sind, wird Sie niemand verurteilen, wenn Sie eine Gabel oder einen Löffel benutzen.

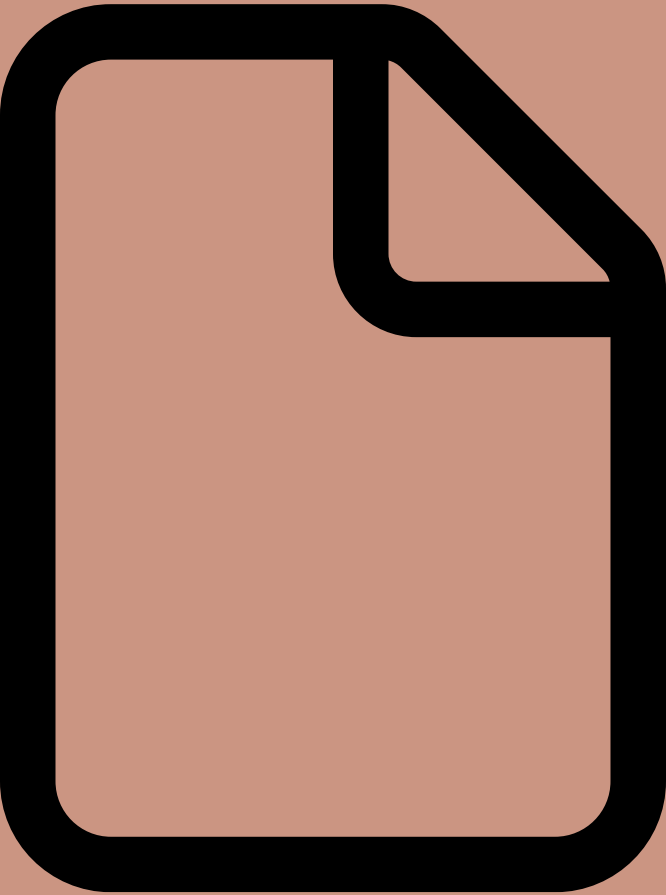
Und zu guter Letzt: Erwarten Sie kein Salz, Pfeffer, Ketchup oder andere Gewürze auf dem Tisch. Die chinesische Küche kommt perfekt ohne sie aus.

Oh ja, und kein Drama bei der Sitzordnung: Es gibt keine "Alters-Hierarchie". Setzen Sie sich, wo Sie wollen, lassen Sie den Tisch drehen und haben Sie Spaß.

D - Ist die Umgebung der Schule ruhig?

Zum größten Teil ja, aber seien wir ehrlich.

Jima ist immer noch ein echtes ****Dorf****, umgeben von Reisfeldern, Hügeln und Natur. Einige Nächte sind überraschend ruhig, nur die Grillen leisten Ihnen Gesellschaft. Andere Nächte... nun, die Natur und die Nachbarn haben ihre eigenen Pläne.

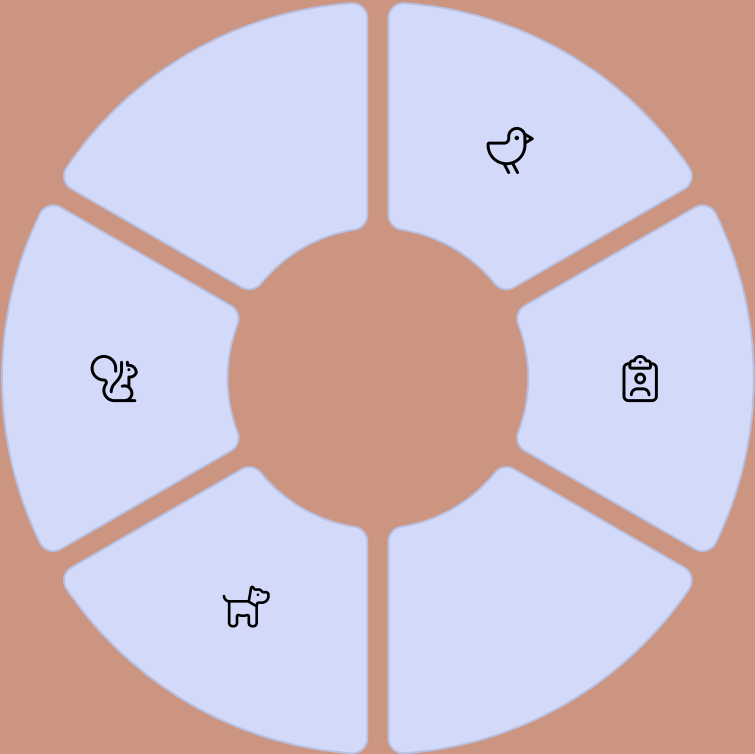


Zikaden

Singen, als würden sie für eine Rockband vorsprechen

Eichhörnchen

Veranstalten Dachkämpfe

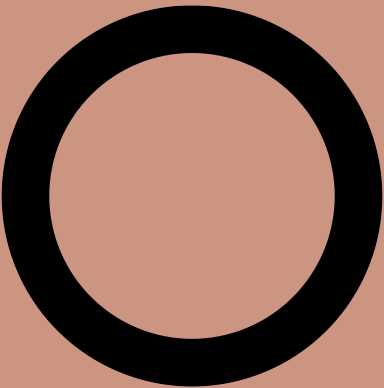


Vögel

Führen morgendliche Diskussionen

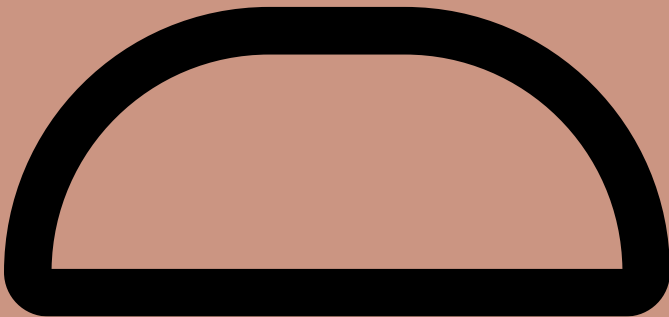
Hühner

Verkündigen den Sonnenaufgang (manchmal früher, als man es sich wünschen würde)



Hunde

Veranstalten nächtliche Bell-Marathons



Nachbarn

Zünden Feuerwerke (ja, auch an zufälligen Wochentagen)

Es ist unberechenbar: Eine Nacht ist es absolute Stille, eine andere eine ländliche Symphonie. Aber im Allgemeinen ist die Umgebung **friedlich und ruhig**, und die meisten Studenten gewöhnen sich schnell an die Geräusche. Einige betrachten es sogar als Teil des Charmes des Lebens auf dem chinesischen Land.

✔ **Profitipp:** Wenn Sie einen sehr leichten Schlaf haben, bringen Sie Ohrenstöpsel mit, falls die Eichhörnchen beschließen, die ganze Nacht Party zu machen.

D - Insekten, Mücken und andere Krabbeltiere?

Oh ja. Willkommen in Yangshuo, wo Sie nicht nur Taijiquan-Meister treffen werden, sondern auch die lokale Insektenpopulation .

Mücken

Stellen Sie sich wie zu neugierige Nachbarn vor, die _alles_ über Sie wissen wollen... besonders Ihre Blutgruppe. Sie sind in den warmen, feuchten Monaten (von Frühling bis Frühherbst) am aktivsten. Im Sommer ist es praktisch ein Mückenfest, also bringen Sie ein Abwehrmittel mit, wenn Sie nicht das Hauptgericht sein wollen.

Geckos

Diese kleinen Wandkletterer sind im Grunde das unbezahlte Sicherheitspersonal in Ihrem Zimmer. Sie sehen aus wie kleine Dinosaurier, aber keine Sorge, sie fressen nur Insekten. Manche Schüler geben ihnen sogar Namen.

Andere Krabbeltiere

Ameisen, Spinnen und mysteriöse Käfer tauchen manchmal auf. Sie sind harmlos, aber sie erinnern Sie gerne daran, dass dies _kein_ Fünf-Sterne-Hotel in Shanghai ist, sondern eine Taijiquan-Schule auf dem chinesischen Land. Die Natur ist inklusive und kostenlos.

Wie man den Frieden bewahrt

- Bringen Sie Mückenspray mit oder kaufen Sie ein wirksames lokales Produkt (chinesische Marken nehmen das ernst)
- Im Sommer sind lange Ärmel am Abend Ihre besten Freunde
- Schließen Sie nachts die Fenster, wenn Sie keine zusätzlichen Besucher wünschen
- Halten Sie Ihr Zimmer sauber und lassen Sie die Geckos ihre nächtliche Arbeit erledigen
- Optional: Üben Sie Ihre Taijiquan-Geduld, wenn sich ein Käfer in Ihrem Badezimmer wiederfindet

Hinweis: Meister Kim hat eine Sammlung lokaler Abwehrmittel und Mückenschutzmittel zur Verfügung, falls Sie diese benötigen. Und im Gemeinschaftsraum finden Sie eine Kiste mit Sprays und Lotionen, die von ehemaligen Schülern hinterlassen wurden - ideal, wenn Sie gerne experimentieren oder Ihre eigenen vergessen haben.

Ja, Sie werden einigen Kreaturen begegnen, aber die meisten sind harmlos, und nach ein paar Tagen finden Sie die Geckos vielleicht sogar liebenswert.

D - Was muss ich tun, wenn ich krank werde?

Zuallererst: Keine Panik. Sie sind in guten Händen. Meister Kim hat vorgesorgt und eine spezielle Box im Gemeinschaftsbereich platziert, mutig „**Do-it-yourself-Doktor**“  genannt.



Grundausrüstung

Dort finden Sie alles Wesentliche:

- Pflaster, falls Ihr Schwert Ihr Schienbein trifft
- Muskelbalsam, falls der Enthusiasmus die Flexibilität übersteigt
- Mittel gegen Magenverstimmungen (ja, auch nach einem fragwürdigen Streetfood-Snack)
- Rehydrierungssalze, falls die Hitze von Yangshuo ihren Tribut fordert



Lokale Ärzte

Lokale Ärzte stehen für Hausbesuche zur Verfügung und können sogar **zur** Tai-Chi-Schule kommen.



Behandlungsmöglichkeiten

Sie können zwischen **westlicher Medizin** oder **traditioneller chinesischer Medizin** (Akupunktur, Kräuter usw.) wählen.



Krankenhaus und Zahnarzt

Yangshuo verfügt über ein sauberes und zuverlässiges **Krankenhaus**, und private Zahnarztpraxen sind leicht zu finden, falls Ihr Zahn rebellisch wird.

Sicherheitstipps

- Wenn Sie regelmäßig Medikamente einnehmen, bringen Sie eine ausreichende Menge für die gesamte Dauer Ihres Aufenthalts und eine Notiz mit den Details (Name, Dosis, Grund) mit
- Reisen Sie immer mit einer **guten Krankenversicherung**, die China abdeckt - Vorsicht ist besser als Nachsicht
- Stellen Sie sicher, dass Ihre **Impfungen auf dem neuesten Stand** sind, bevor Sie reisen

Kurz gesagt: Von kleinen Schnitten bis zu ernsteren Problemen sind Sie abgedeckt. Entspannen Sie sich also, trainieren Sie hart und lassen Sie die heilende Energie fließen, sei es aus Meister Kims magischer Box, einem Arztbesuch oder einer gut platzierten Akupunkturnadel.

D - Ist es sicher? Und was ist mit Sprache und Etikette?

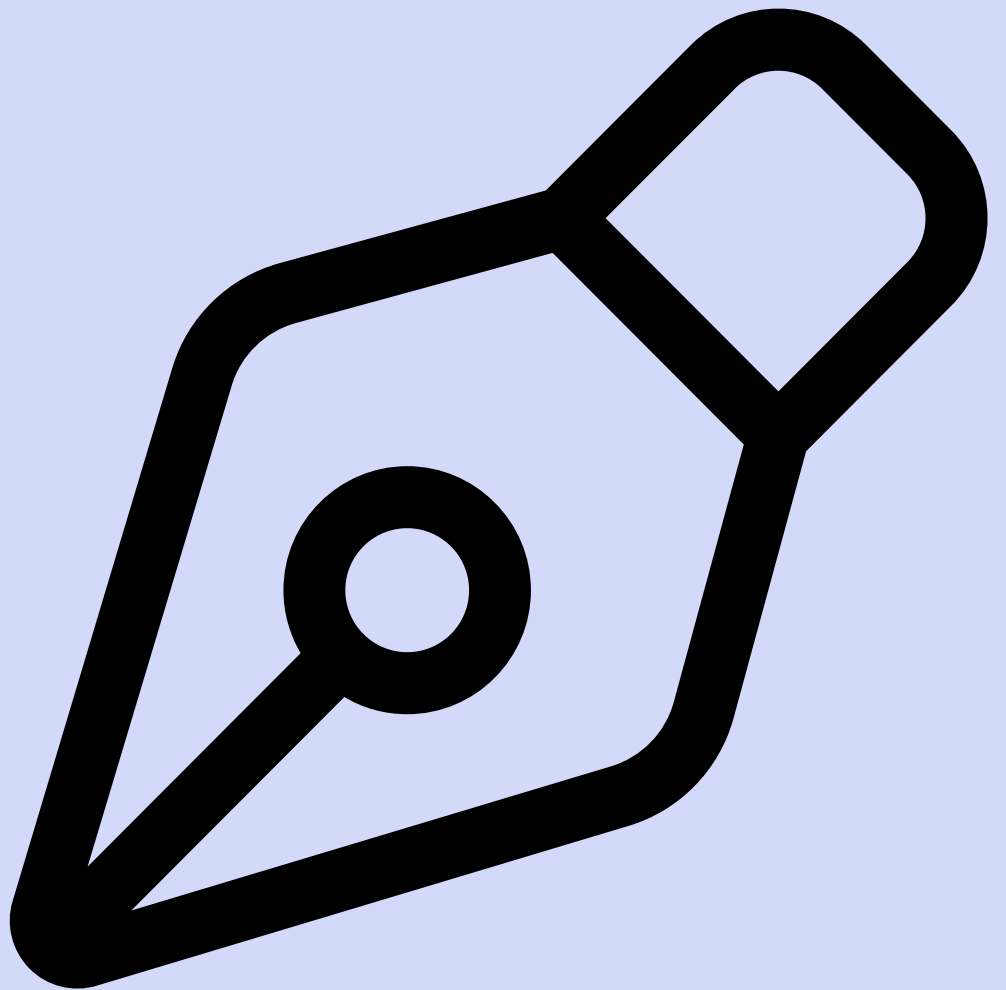
Kurze Antwort: **Ja, es ist sehr sicher.**

Das Dorf Jima, eingebettet in die malerische Landschaft von Yangshuo, einem UNESCO-Weltkulturerbe, ist einer der sichersten Orte, an denen du je leben wirst. Die Menschen hier sind freundlich, hilfsbereit und tun oft alles, um sicherzustellen, dass es dir gut geht. Manchmal begleiten sie dich buchstäblich zum genauen Ort, den du suchst, nur um dir zu helfen, ihn zu finden.



Sicherheit

- Diebstahl ist hier praktisch unbekannt. Tatsächlich ist es häufiger, dass dir Einheimische nachlaufen, um dir vergessenes Geld oder Gegenstände zurückzugeben.
- Auch nachts ist es ruhig und sicher. Benutze einfach deinen gesunden Menschenverstand und achte auf deine persönlichen Gegenstände.
- Die Straßen... nun ja, sie sind *kreativ*. Wundere dich nicht, wenn du Roller ohne Licht oder eine Oma siehst, die eine **zwei Meter lange Gasflasche** auf ihrem Fahrrad balanciert.



Sprache

- Meister Kim spricht **"Chinglish"** (halb Chinesisch, halb Englisch, voller Charme).
- Die anderen Mitarbeiter sprechen kein Englisch, aber sie kommunizieren mit **den Händen, Füßen und einem großen Lächeln**.
- Auf der Straße wird selten Englisch gesprochen, aber viele Einheimische zücken schnell ihr Telefon und öffnen eine Übersetzungs-App.

Lerne einige Grundwörter:

- **Xiè xiè (谢谢)** = Danke
- **Méiyǒu (没有)** = nicht verfügbar / existiert nicht



Lokale Etikette und Schulregeln

- Dies ist eine Taijiquan-Schule, kein Hotel. Bitte den Mitarbeitern also nicht, dir Kaffee wie bei Starbucks zu servieren, das tut Meister Kim ein wenig weh 😊
- Wenn du **nicht in der Schule isst**, informiere Meister Kim.
- Wenn du **nicht am Unterricht teilnehmen kannst**, informiere ebenfalls Meister Kim.
- Wenn du dich unwohl fühlst (z.B. dir beim Zähneputzen Leitungswasser verschluckt hast), wird Meister Kim dir helfen.

Etikette im Speisesaal

- Räume deine Sachen auf
- Bringe deine Schale zum Spülbecken
- Entsorge den Müll (Mülltrennung ist nicht nötig)
- Lasse die Essstäbchen im Spülbecken

Weitere Grundregeln

- Rauchen in den Zimmern verboten 🚭
- Spare Wasser und Strom 💡💧
- Respektiere die friedliche Atmosphäre 🧘

Zusammenfassend: Sei höflich, entspannt und genieße den ruhigen Rhythmus des Dorflebens.

F - Kann ich ein Auto, Motorrad, einen Roller oder ein Fahrrad mieten?

Autos und Motorräder? **Nein.** Um diese in China zu fahren, benötigen Sie einen **chinesischen Führerschein**, und selbst internationale Führerscheine sind hier nicht gültig. Es sei denn, Sie haben vor, umzuziehen und die lokale Fahrprüfung abzulegen, ist das ausgeschlossen.

Was Sie mieten KÖNNEN

Aber keine Sorge, es gibt gute Nachrichten. Sie *können* einen **Elektroller** oder ein **Fahrrad** mieten, und es gibt mehrere Verleihstellen in der Nähe der Schule. Die Preise sind recht erschwinglich:

- **Roller:** etwa 30-40 Yuan pro Tag
- **Fahrräder:** etwa 20 Yuan pro Tag

Und wenn Sie für mehrere Tage mieten, können Sie oft einen besseren Preis aushandeln.



→ Tipps zum Rollerfahren

Sie sind alle elektrisch, also müssen Sie sie **aufladen**. Fragen Sie in der Schule, ob es einen freien Platz zum Parken und Aufladen gibt.

→ Achten Sie auf die Batterie

Überprüfen Sie die Batterie sorgfältig; Mietroller sind dafür bekannt, dass ihnen die Energie im ungünstigsten Moment ausgeht (normalerweise mitten in einem Anstieg).

→ Sicherheit geht vor

Fahren Sie immer vorsichtig. Der chinesische Verkehr kann manchmal einem Echtzeit-Videospiel ähneln; es ist besser, im "einfachen" Modus zu spielen. 🚦

Auch wenn Sie kein Auto oder Motorrad fahren können, sind ein Roller oder ein Fahrrad mehr als ausreichend, um die wunderschöne Umgebung zu erkunden und das lokale Leben zu entdecken.

D - Gibt es eine Bank in der Nähe der Schule?

Nun ja... "nahe" ist relativ. Die nächste Bank ist etwa **3,3 km** von Yangshuo entfernt - es ist die **Bank of China**. Sie ist praktisch für Ausländer und die meisten internationalen Karten funktionieren dort, falls Sie Bargeld abheben müssen.



Bargeld ist ein Relikt der Vergangenheit

In China ist Bargeld heute fast ein Sammlerstück. Fast jeder bezahlt mit seinem Mobiltelefon.



QR-Code für alles

Hotels, Restaurants, Supermärkte, Straßenverkäufer, Taxifahrer - alle nutzen **QR-Codes** zum Bezahlen. Blauer Code = **Alipay**, grüner Code = **WeChat Pay**.



Einfache Einrichtung

Die beiden Anwendungen sind recht einfach einzurichten und können mit **Mastercard, Visa, UnionPay** oder anderen wichtigen Karten verknüpft werden.

Tipp für die Skrill-Karte

Keine Kreditkarte? Kein Problem. Wir empfehlen Ihnen, eine **Skrill-Karte** zu beantragen. Es ist eine Prepaid-Mastercard, die Sie von Ihrem normalen Bankkonto aufladen können. Sie erhalten eine physische Karte, aber Sie können auch sofort nach der Registrierung und Aufladung Ihres Guthabens eine **virtuelle Karte** verwenden.

Das Beste daran? Sie entscheiden, wie viel Geld Sie darauf einzahlen, so gibt es keine Überziehungen oder unerwarteten Ausgaben, nur sichere und kontrollierte Ausgaben.

Tipp: Installieren Sie Alipay oder WeChat Pay vor Ihrer Ankunft, verknüpfen Sie Ihre Karte, und Sie werden das tägliche Leben hier problemlos meistern.

D - Was kann ich außerhalb der Schule unternehmen?

Yangshuo und seine Umgebung, Teil der malerischen UNESCO-Welterbe-Region Yangshuo und am Eingang der berühmten Yulong-Fluss-Region gelegen, sind ein Paradies aus Flüssen, Bergen, Höhlen und kulturellen Spektakeln. Hier ist dein Abenteuer-Menü:



Bambusfloßfahrt auf dem Yulong-Fluss

Gleite sanft den Fluss hinab, geführt von einem Einheimischen mit einer langen Stange.

Experten-Tipp: Trage Sandalen, deine Füße werden wahrscheinlich nass.



Li-Fluss-Kreuzfahrt

Bewundere die ikonische Landschaft des 20-Yuan-Scheins.

Experten-Tipp: Starte früh am Morgen für den Nebel oder bei Sonnenuntergang für das goldene Licht.



Schmetterlingstal-Höhlen

Eine Mischung aus Höhlen, Panoramen und exzentrischen Shows.

Experten-Tipp: Trage gute Schuhe, es ist drinnen rutschig.

Shopping in der West Street (Weststraße)

Souvenirs, Snacks, Bars und viele Neonlichter.

Experten-Tipp: Feilschen ist üblich und wird erwartet.

Ruyi-Berg

Panoramische Aussichten mit der Seilbahn oder auf der Glasbrücke.

Experten-Tipp: Schau nicht nach unten, wenn du Höhenangst hast.

Altstadt Xingping

Kopfsteinpflasterstraßen, alte Häuser und postkartenwürdige Landschaften.

Experten-Tipp: Besuche unter der Woche; die Wochenenden sind sehr überfüllt.

Kulturelle Erlebnisse

- **Liu Sanjie Lichtshow:** Eine Open-Air-Performance, bei der der Fluss als Bühne dient.
- **Shangri-La Kulturpark:** Traditionelle Kostüme, Musik und Volkskultur.
- **Teezeremonie:** Ein friedliches und meditatives Ritual in prächtigen Kostümen.
- **Mondberg:** Ein natürlicher Bogen mit atemberaubender Aussicht.
- **Lipu-Markt:** Laut, farbenfroh und voller unvergesslicher Aromen.

