

Wudang Shan Blog

28.04.2014 - 25.05.2014

Willkommen in meinem WudangShan Blog

11. März 2014

Noch gute 50 Tage

Noch gut 50 Tage Vorbereitung bis ich wieder in Wudang den heiligen Boden des „Zixiao Gong - Purpurwolkenpalast“ betreten und 3 ½ Wochen intensives Training genießen werde. Ich freue mich auf meine Auszeit, die neuen Eindrücke und die Erfahrung ob die Erinnerungen immer noch so empfunden werden wenn ich wieder dort bin. Kraft tanken für den Alltag. Ich bin gespannt auf unseren neuen Meister und die für mich damit verbundene neue Schule und seinen Unterricht. Zeit auch nochmal an die schwere Zeit in 2012 zurückzudenken in der mein Vater erkrankte als ich gerade in Wudang angekommen bin. Zeit bereits bekannte und neue Orte aufzusuchen, einen Schritt weiter zu gehen auf meinem Weg als Schüler und Mensch. Sich selbst finden und neu erschaffen andere kennen zu lernen und zu erleben. Eintauchen in eine fremde Kultur welche mich fasziniert und gleichermaßen doch irgendwie nicht fremd zu seinen scheint. „Diesen Ort habe ich gesucht“ - war mein erster Gedanke als ich vor zwei früh morgens vor Sonnenaufgang auf der oberen Terrasse des Purpurwolkenpalasts gestanden habe. Die Faszination ist geblieben, von der Xuan Men Jian Form leider nicht viel mehr als ein paar unsaubere Teilstücke. Diesmal habe ich begonnen mich vorzubereiten bin fitter und beweglicher geworden wenn auch vergleichbar ärmlich verglichen mit den Schülern der Akademie. Aber es gibt Fortschritte auf die ich zurückblicken kann und einen weiten aber lohnenswerten Weg der vor mir liegt. Umsetzen was einem möglich ist und versuchen einen guten Eindruck zu hinterlassen, ich will auch in Zukunft weiter kommen und aufgenommen werden. Glücklicherweise habe ich Gesellschaft bei der Schwertform, damals musste ich fast alleine lernen. Ich hoffe wir motivieren uns gegenseitig und kommen somit besser voran und behalten die Form. Wenn ich nach diesem Jahr wieder nach Wudang gehe möchte ich drauf aufbauen können. Mehr schreibe ich nun nicht und zähle weiterhin die Tage bis zu unserem Abflug.

17. April 2014

Noch 10 Tage bis zur Abreise

Noch 10 Tage bis zur Abreise, die Aufregung steigt. Gewicht wurde optimiert heißt seit 01. Januar 12 Kilo runter. Hoffe den letzten Rest in Wudang zu schaffen. Was pack ich ein was lass ich da? Dadurch dass wir in einer anderen Schule sind ist wieder alles offen und die Erfahrung vom letzten Mal bringt nur bedingt was. Hoffe auf gutes Wetter. Trotzdem, schnelltrocknende Kleidung hatte sich bewährt kann ja doch auch mal ein paar Tage sehr nass und feucht sein. Treffe mich am Freitag nochmal mit meiner Minigruppe (Nikki und Sascha) mal schauen was dann noch in die Tasche wandert. Freue mich auf Wudang und die anderen. Bin auch gespannt was Jan und Ansgar gelernt haben da Sie schon früher dort sind. Was hat sich wohl verändert und klappt alles mit dem Flug und Transfer? Abenteuer kann man nicht planen - also lassen wir uns darauf ein :-)

28. April 2014

Jede noch so lange Reise beginnt mit einem ersten Schritt

Heute geht es los. Tasche gepackt, Vorfreude steigert sich. In einer Stunde treffe ich Nikki und Sascha am Bahnhof. Dann nach Frankfurt und Über Peking in die Wudangberge. Hoffe auf besseres Wetter wie hier. Werde versuchen regelmäßig zu bloggen und Euch auf dem Laufenden zu halten. 3 1/2 Wochen hartes Training warten. Bin gespannt wieder das "bittere Essen" zu genießen wie man das Training auch nennt. Freue mich darauf Ansgar und Jan zu treffen und den neuen Meister mit seiner Schule. Mal schauen welchen Abenteuern wie entgegen sehen. Liebe Grüße und bis Bald Tobias

Kommentare:

Kris

28. April 2014, 15:24

Hey Tobi, Ich wünsch euch allen Viel Spaß, viel Erfolg und vor allem viele tolle Erlebnisse, Eindrücke und Abenteuer!!! Bringt uns eine tolle neue Form mit nach Hause ;) Grüße auch an Sascha und Nikki! Gute Reise
Grüße Kris (Ich freu mich schon auf weitere Erzählungen)

Thomas

29. April 2014, 19:34

Nieh Hao Tobi, wünsche euch viel Spaß und ein tolles Training in China. Grüße an alle. Thomas
Thomas

29. April 2014, 19:34

Nieh Hao Tobi, wünsche euch viel Spaß und ein tolles Training in China. Grüße an alle. Thomas
Tobias

01. Mai 2014, 13:55

Hallo Kris, ihr werdet Euch wundern ... Das wird ganz schön anstrengend :-) Danke an Dich und Thomas für die
Grüße. Auch von uns liebe Grüße aus Wudang

Mittwoch 30.04.2012

Erstes Training: Bergjoggen, langes Stretching in ganz ungewohnter Qualität und Viele, ich meine wirklich viele Kicks :-).

Essen ist gut bisher hatten wir gestern chinesische Nutella-Pizza (eine Art pizzateig mit Zucker und Nüssen gefüllt) und Suppe mit Reis und Gemüse. Heute Morgen gab es Nudelsuppe welche wie die aus den Tüten schmeckt nur halt ursprünglicher. Und selbstgemachter.

Auch beim Nachmittagstraining lag der Schwerpunkt wieder auf Kicks :-) auch wenn's weh tut gut so denn das ist mit Sicherheit keine Stärke von mir.

Abends haben wir noch einen kleinen Spaziergang mit Jan und Ansgar gemacht.

Vor dem ins Bett gehen konnten wir noch den Meister und seine Schüler beim Tai Chi Training bewundern.

Donnerstag 01.05.2014

Die Nacht und der begonnen morgen werden von dem Gefühl "Auuuuuuuuuu" bestimmt. alles tut weh und die Gelenke schmerzen auch. Freuen uns schon riesig auf das Morgentraining. Hoffentlich überleben wir das, habe aktuell noch meine Zweifel :-)

OK das Vormittagstraining schon mal überlebt und tatsächlich geht es mir jetzt besser, wahrscheinlich ignorieren unsere Körper zeitweilig die Schmerzen :-)

Haben heute auch schon die ersten Bewegungen aus der Schwertförmig erlernt. Unser Lehrer ist sehr geduldig und schafft es uns immer wieder mehr zu motivieren und korrigiert uns sehr gut aus.

Kurz geduscht und gleich gibt es Essen. Weil Feiertag ist gab es heute ein gemeinsames tolles Essen mit jeder Menge verschiedener Speisen. es gab Haarbohnen (Sojabohne) wo man die Schale nicht ist, verschiedene Gemüse, Fisch, Ente und Suppe. und seltsamerweise vor dem Nachmittagstraining auch einige Gan Bai's :-). Jetzt sind wir satt und zufrieden und bereiten uns seelisch und moralisch auf das Nachmittagstraining vor.

In der Mittagspause bin ich mit Nikki und Sascha wieder einen Spaziergang zum Einsiedler machen gegangen. Jetzt sitzen wir gerade mehr tot als lebendig zusammen und ich bereite meine Blogbeiträge vor. Wenn alles klappt kann ich diese heute Abend unten vor der Schule hochladen. Der W-LAN Empfang lässt hier etwas zu wünschen übrig aber vor dem Hotel unten kann man sich in das W-LAN einhacken :-)

Auch das Nachmittagstraining haben wir gut hinter uns gebracht und wurden sogar schon für unsere Fortschritte gelobt, der Schmerz lässt nach, hoffentlich erinnert sich der Körper über Nacht nicht wieder daran.

Sodele das war's fürs erste ich werde versuchen die nächsten Tage weiterhin festzuhalten und Euch immer wieder über den Blog zu informieren wie es uns geht und was wir so erleben.

Kommentare:

Andreas Goller

02. Mai 2014, 06:49

Ich sehe Du bist in China gut angekommen - Weiterhin noch viel Spaß Andi

Freitag 02.05.2014

Nikki und ich halten tapfer unser Frühaufstehen durch und heute hat uns sogar Langschläfer Sascha begleitet. Wie immer haben wir unsere bergauf Morgentour zum Pavillon Gemach von welchem man einen schönen Blick über

die Tempelanlage des Purpurwolken-Palast hat. Frühstück wär heute wieder sehr lecker es gab Gemüsefrauen mit Würstchenstückle und Nudelsuppe, das Essen ist hier sehr gut und schmeckt mir sogar besser wie in der Akademie wo ich letztes Mal war. Weil Ansgar heute seinen letzten ganzen Trainingstag hat gehen wir heute in den Tempel für das Morgentraining. Packe jetzt meine Sachen und dann geht es los. wir freuen uns alle schon drauf Vorfällen Nikki und Sascha die den Tempel noch nicht von innen kennen.

Das Tempeltraining war heute sehr moderat. Wir hatten viel Zeit erst einmal alles in Augenschein zu nehmen. Die Kick's liegen fast schon wie von selbst nur das Stretching ist noch eine echte Herausforderung bei der wir bis an unsere Schmerzgrenze gehen - und dann kommt der Lehrer und zeigt dass es noch ein ganzes Stückchen weiter geht; soweit das mir teilweise richtig schlecht wird, aber wir wollen ja Erfolge und sind nicht zum Spaß hier :-)

Wie gestern habe ich auch heute im Tempel wieder Li Bei eine alte Bekannte von meinem letzten Aufenthalt getroffen, gibt einem irgendwie das Gefühl hier zu Hause zu sein und dazu zu gehören.

Jetzt gibt es wieder Essen - also ich muss schnell weg :-)

Nach dem Essen wie immer lecker bin ich mit Nikki den alten Pfad zum Tal des sorglosen Lebens suchen gegangen, den haben wir zwar nicht mehr gefunden dafür aber einen anderen alten halb verfallenen Tempel. Nach unserem Spaziergang haben wir dann noch einen halt bei der Krämerfrau gemacht und ein paar Getränke gekauft sowie versucht ihr zu sagen dass sie uns einen Badwischer besorgen soll, mal schauen ob das funktioniert :-)
Auf dem Rückweg Haben wir noch einen kleinen Pfad gefunden mit welchem man einen schönen Aussichtspunkt über den Tempel erreichen kann.

Es ist langsam deutlich kühler geworden und ich vermisse das sonnige Wetter der ersten drei Tage, soll ab übermorgen wieder besser werden aber aktuell ist es sehr kalt (zu mindestens für meine Verhältnisse) und feucht. Da unser Meister hier eine 10 Tage Woche macht sind wir noch am Überlegen wie wir die wenigen freien Tage nutzen und was wir (also Nikki, Sascha und ich) für Ausflüge Planen sollen und wie wir möglichst viel zu sehen bekommen. Davon berichte ich aber bestimmt später mehr. Bilder von den Tempeln und Ausflügen vom letzten Mal findet Ihr auch auf der Homepage unter WudangShan 2012 - Fotobücher.

Habe Nikki vorhin ein paar Videos von unserer Form gezeigt damit Sie erahnt was noch kommt. Sascha denkt wir haben schon ein Zehntel gelernt, der Arme - werde ihn nachher wohl entmutigen müssen.
So jetzt noch ein wenig relaxen und dann wieder für das Nachmittagstraining motivieren.

Beim Nachmittagstraining haben wir wieder im Tempel trainieren dürfen, zum Aufwärmen erst einmal Tempeltreppen abrennen, so ungefähr 80 Stufen mit jeweils 20 - 50 cm Stufenhöhe. Oft einfach den Schwung genutzt und zwei bis drei Stufen genommen oben dann hinterm Tempel gequert und wieder die Stufen runter. Runde um Runde bis die Lungen brennen. Danach wie gewohnt Stretching und Kick's Kick's Kick's Kick's Kick's bestimmt so zwischen 500 - 1000 jedes Mal. Dann noch Du Li Bu stehen (auf einem Bein mit Sternchen drauf welcher nicht runterfallen soll) so jeweils bis 120 zählen, natürlich gemeinsam und laut damit man nicht zu schnell zählt und beschießen kann ... Uiiii das brennt immer. Die Kicks hat uns heute der kleinste der Schule beaufsichtigt und uns richtig Lieb gequält. Seinen Namen kenne ich noch nicht aber ich nenne ihn mal "unermüdliches Gummimännchen".

Dann noch Schwert geübt wieder ein paar kleine neue Bewegungen, da ich die Form noch etwas kenne vermute ich das wir erst die schweren Bewegungen erlernen und dann die Form zusammensetzen. Danach hieß es dann wieder "Fang Song" was so viel heißt wie relaxen, dann entsteht aber immer eine unglaubliche Hektik und es geht zurück zur Schule und frischmachen vor dem Essen. Ich denke die haben immer Angst das Essen zu verpassen. Also übersetzt heißt das Ganze wohl so viel wie "Entspannt Euch aber schnell, denn gleich geht's weiter".

Beim Essen gab es heute mein Lieblingsgericht: Knoblauchstiele und Rindfleisch, ja es gibt hier tatsächlich auch öfters Fleisch in sichtbaren Mengen. Definitiv das Essen ist hier besser und wir haben die Köchin heute mehrfach loben lassen.

Knoblauchstiele, das was bei uns weggeschmissen wird, schmeckt wie eine Stangenbohne ohne Kerne mit leichtem Bärlauchgeschmack. Wer es noch nicht kennt und die Gelegenheit bekommt sollte es probieren. jetzt noch Muskelkater auskurieren und einen kleinen Spaziergang zum kleinen Mann machen Ansgar mit einem Bierchen zu kleinen Mann einladen.

Bis bald.

Kommentare:

Kris

02. Mai 2014, 15:22

halli hallo, schön dass es euch Gefällt :) lasst euch nicht unterkriegen von den vielen kicks und Wehwehchen ;) ihr steht das gemeinsam durch!!! Die Morgenstimmung ist bestimmt herrlich in den Bergen :) Ihr habt sicherlich auch aktuelle Bilder von dem "schönen Blick über die Tempelanlage des Purpurwolken-Palast" im Morgengrauen gemacht? Wie verhält sich das Wetter in den Bergen tagsüber bei euch? (bei uns ist alles grau trüb und ab und dann stürmisch verregnet). Schöne Zeit wünsch ich euch noch! Grüße Kris

Tobias

03. Mai 2014, 13:23

Wie geschrieben ist das Wetter nicht mehr so toll und hat wohl auch Auswirkungen auf das W-LAN :-) schön brav weiter trainieren vor allem Beine :-) Grüße vom Außenposten

Samstag 03.05.2014

Nachtrag zum Abschiedsbierle von Ansgar:

Auf dem Weg zum kleinen Mann haben wir auch unseren Lehrer (also nicht den Meister) und einen Schüler unserer Schule sowie einen Freund von Ihnen aus dem Tempel getroffen und Ihnen erzählt dass wir zum kleinen Mann auf ein Bierchen gehen. Als wir dann dort saßen und Ansgar die Preise drücken konnte und wir die erste Runde verteilt hatten, kamen Sie dann auch vorbei und saßen sich mit einem Eis dazu. Da wir aber gastfreundlich sind haben wir Ihnen auch gleich eingeschenkt. Nach vielen gemeinsamen Anstoßen, vor allem auf Freundschaft und Gutes Kung Fu wurde die Stimmung immer ausgelassener und wir sind noch mehr zusammen gewachsen. Dies ist auch gut so da Ansgar unser lebender Universalübersetzer uns heute noch verlässt da er wieder Abreisen muss.

Heute habe ich ausgeschlafen und dass war auch gut so, nur Nikki welche schon mit Marketta, einer anderen Schülerin, im Tempel war hat es geschafft früh auf zu stehen. Lag wohl an Ihrem Ananas-Bier auf welchem wir keine Prozentangabe gefunden haben ;-)

Es tut wieder alles weh, vor allem meine Oberschenkelrückseite verkrampft sich die ganze Zeit. Bin so übersäuert dass ich mich frage wie das heute wieder klappen soll. Aber aus Erfahrung der ersten Tage weiß ich, dass es irgendwie wohl wieder gehen wird, nur der Zweifel ist jeden Tag erneut da. So dann mal auf zum Training, zu mindestens äußerlich lassen wir uns alle, auch die anderen Schüler und unser Lehrer nichts anmerken :-)

Ok es ging nicht so toll, der Sch.... Muskel lässt mich ein bisschen im Stich und schränkt komischerweise alle Bewegungen ein. Zudem ist es auch noch kälter und regnerischer geworden was uns zusätzlich zu schaffen macht. Heute Mittag haben wir Ansgar verabschiedet was und das Leben etwas schwerer macht, da wir keinen so guten Übersetzer mehr haben. Vor allem unser Lehrer Zhong scheint dies aber auch zu bedauern, denn es fällt natürlich auch ihm deutlich schwerer. Aber es klappt trotzdem ganz gut und er ist auch sehr geduldig mit uns, auch wenn es sich für europäische Ohren nicht immer so anhört :-)

Jan hat heute festgestellt dass es sinnvoll ist sich vor dem schlafen gehen gründlich aufzuwärmen, denn die Betten sind so hart das man sich sonst im Schlaf sehr schnell die Schultern verletzen kann. Gute Idee wir werden dies heute Abend mal probieren.

Heute schreibe ich nicht mehr so viel, denn das Wetter und die Kälte deprimierend mich ein Wenig, ich geh jetzt noch etwas Spazieren und dann nochmal heiß duschen und ins Bett. Übermorgen soll es ja wieder besser werden.

Sonntag 04.05.2014

Der Tag heute war wieder von Muskelkater und herausfordernden Schwertbewegungen geprägt. Natürlich hat auch das Joggen hier in den Bergen nicht gefehlt. Zu mindestens haben unsere Schmerzen im Laufe des Tages durch das Training etwas nachgelassen. In der Mittagspause habe ich Nikki und Sascha davon überzeugt das es

auch vom Tempel aus eine Abkürzung durch den Wald herauf zum Pavillon gibt wo wir immer hin spazieren. Wir haben es auch tatsächlich mit gemeinsamer Hilfe und all unseren Trekking-Tricks geschafft uns einen Weg hinauf zum Pavillon zu bahnen. Gut die ein oder andere Schramme an Sascha hätte nicht sein müssen aber ansonsten war es schon ein Erlebnis. Hinunter haben wir dann wieder den Weg über die Straße genommen. Heute hat uns auch der Meister korrigiert und viel Gute Laune gezeigt auch wenn es nicht immer gleich verständlich war - Ansgar wär halt schon ab und zu ganz praktisch. Der Meister schaute dann in die Runde als wollte er in einem Ratespiel die Joker-Runde einleiten, doch er schaute nur in ratlose Gesichter die alle etwas anderes interpretierten. Als er es geduldig und langsam aber erneut zeigte war es uns dann klar.

Unseren Lehrer haben wir dann noch zu Klimmzügen herausgefordert und ihn dabei korrigiert. Scheint auch für sie etwas anstrengend zu sein. Wie vorgestern werde ich ihn morgen im Tempel wieder herausfordern die Steinfässer mit den Fingerkuppen zu greifen und im Ma Bu (Pferdestand) anzuheben. Beim letzten Mal hat er das nicht geschafft und ganz ungläubig mein Fass probiert weil er dachte es sei leichter. Heute kam der Meister dazu und merkte wohl an dass er das auch sehen möchte. Schön wenn wir auch etwas können was die nicht schaffen.

Nach dem Essen saß ich mit Nikki noch zum Entspannen auf der Treppe als "Hue" unser jüngster chinesischer Schüler eine Fahrbare Box auf den oberen Vorplatz schob und anfang das ganze Wudang-Tal mit chinesischer Popmusik zu beschallen :-). Wir haben ihm unsere Kameras zum Fotografieren gegeben und etwas Zeit mit ihm verbracht. Manchmal versteht man sich auch ohne Worte. Der Kleine wächst einem hier ans Herz und hebt durch seine neugierige und freundliche Art bei allen die Stimmung. Man stelle sich das mit der Musik mal hier in Deutschland vor, oder vielleicht auch nur eine Schule bei der die Schüler den ganzen Tag 12345678910 schreien. Ist doch schon schön hier, da stört das keinen. Bei uns käme sofort die Polizei, aber die ist hier ja nur 20 m weg und geht aufs gleiche Klo und benutzt auch dieselbe Küche :-)

Sodele das war's für heute.

Kommentare:

Michael Maurer

04. Mai 2014, 19:45

Hut ab vor euch drei und eurem Einsatz, vielen Dank an dich Tobias, das Du uns jeden Tag nach den Anstrengungen, mit deinen News versorgst. !!!!! :-) Daumen hoch Micha

Montag 05.05.2014

Oh Gott - Hallo wach. Schmerzen sind heute Morgen nicht mehr ganz so schlimm, aber geschlafen habe ich heute auch nichts so doll. Dementsprechend fiel die Morgenrunde heute etwas kleiner aus. Auch Sascha hatte heute endlich Muskelkater im Oberschenkel hinten. Freu. Das Training fand heute wieder im Tempel statt. Glücklicherweise fiel dies heute etwas entspannter aus und wir hatten Gelegenheit wieder etwas den Tempel zu besichtigen. Zu unserem Training gesellen sich immer mehr Nonnen jeden Alters und machen unser Programm zeitweise mit oder beobachten uns dabei. In den kleinen Pausen habe ich "Zhong" zum Steinfassheben herausgefordert und er hat es auch zweimal geschafft diesen kurz anzuheben. Wir sind stolz auf ihn. Der Reihe nach hat sich jeder daran versucht auch ein chinesischer Tourist der unser Training beobachtete sowie die Nonnen. sogar die Oma-Nonne hat es versucht - und ich glaube in zwei Wochen schafft sie das dann auch noch. In der großen Pause hat uns "Zhong" dann auf ein Getränk im Tempel eingeladen, sehr nett von ihm.

In der Mittagspause sind Jan und Sascha in die Stadt gefahren ein paar Einkäufe machen und Geld abheben. Die Einkaufsliste für Sascha wurde dabei immer größer, hoffe sie schaffen es rechtzeitig zurück.

Ich war mit Nikki wieder wandern und haben dabei ein kleines Flussbett entdeckt welches wir hinauf gestiegen sind. Irgendwann sind wir dann über einige Teeplantagen gekommen, wobei wir auf einer den Pflückern zuschauen konnten. Wir wurden dort sogar mit einem "Hallo" begrüßt, das hatten wir hier auch noch nicht. Eine der Teepflückerinnen hat uns dann auch noch den Weg gewiesen - naja sagen wir einen Weg, denn wo er uns hinbringen würde war da noch nicht so klar. Über eine große Schleife sind wir dann beim "Bienendaoisten" herausgekommen. Den Rückweg haben wir dann wieder über den alten Steintreppenpfad im Wald genommen. Jetzt ruhen wir uns gerade noch ein wenig aus, bevor es dann in ein paar Minuten mit dem Nachmittagstraining weitergeht. Heute haben wir auch den Anfang der Form gelernt und können somit dann bald einige Bereiche der Form miteinander verbinden.

Vor dem Nachmittagstraining sind noch Yürgen und Susanne angereist und haben mit Ihrer Reisegruppe noch ein paar mehr Schüler in die Akademie gebracht. Ich habe mich sehr gefreut Sie nun nach zwei Jahren wieder zu sehen. Auch der Rest der Gruppe scheint sehr nett zu sein ich freue mich schon auf das gemeinsame trainieren und bin gespannt was die nächsten Tage noch bringen werden. Liebe Grüße aus Wudang Tobias.

Dienstag 06.05.2014

Heute sind Nikki, Jan und ich mit Marketta in den Tempel zur Morgenmesse gegangen. Es wurde getrommelt und gesungen. Vor der Halle haben die Nonnen wieder ihre Morgenübungen gemacht. Der Sonnenaufgang im Tempel war genial und es ist wunderbar vor den Touristen im Tempel mit den Nonnen und Mönchen alleine zu sein. Dazu die Musik aus der Messe - das sorgt schon für ordentlich Stimmung! Heute hatten wir das erste Training mit den anderen zusammen, das heißt es stimmt nicht ganz. Irgendwie sind wir über Marketta, Ansgar und Jan in der Boot Camp-Gruppe gelandet. Für uns hieß es weiterhin Kicks, Kicks, Kicks während die anderen an Basisständen und Stehender Säule arbeiteten. Vor dem Training im Tempel, wofür wir uns auch immer hübsch machen, haben die Jungs von unserer Akademie Jan noch die hübsche typische Mönchfrisur gebastelt. Steht ihm sogar irgendwie. Bei unserem Training haben wir heute auch wieder Besuch und Begleitung von ein zwei Nonnen gehabt, welche wir bei unserem Training einfach integrierten. Es ist schon erstaunlich wie begeisterungsfähig diese auch für die verschiedenen Formen des Wushu sind. So übten wir heute also wieder nicht nur zur dritt sondern mit den Nonnen gemeinsam. Nach dem Nachmittagstraining welches uns aber bei gleißender Sonne alle schlauchte gab es auch eine schöne Überraschung. Sandy die Ärztin der Akademie und Problemlöserin für alle Probleme (Sie spricht fließend englisch) hat einen zusätzlichen freien Nachmittag für alle angeordnet. Spontan haben Nikki und Jan sowie Sascha und ich uns dafür entschlossen den Nadelschleiferpalast und den Prinzenpalast zu besuchen. Die erste Strecke haben wir gut eine Stunde zu Fuß zurückgelegt, doch am Nadelschleiferpalast angekommen war dieser natürlich leider verschlossen. Es war trotzdem eine schöne Wanderung auf welcher wir noch einen alten verlassenen Tempel entdeckt haben. Die anschließende Besichtigung des Prinzenpalastes viel erfolgreicher aus. Wir hatten tolles Wetter und konnten die Festungsanlage genießen und auch ein paar schöne geposte Bilder von uns schießen. Nur leider waren die Damen im Teehaus nicht mehr wirklich motiviert uns einen Tee zuzubereiten - na dann eben nicht ;-) Anschließend sind wir noch mit dem Bus zum Nanyang gefahren und haben den alten Tempel mit den schönen Drachenfresken besichtigt. Hier gibt es auch den schönen Platz auf dem man tolle Bilder schießen kann und die Berge im Hintergrund und die Schlucht unter sich hat. Wir haben dann den letzten Bus zum Purpurwolkenpalast genommen und sind noch beim kleinen Mann eingekehrt. Auf der Busfahrt haben wir einen Mönch getroffen, der sehr gut Englisch konnte und unsere Akademie in den höchsten Tönen gelobt hat - wir gehen mal davon aus, dass das für uns spricht! Im kleinen Mann haben wir spontan wieder die Schüler der Schule getroffen und ein paar Bier und gutes Essen genossen. Später bekamen die Schüler aber dann einen Anruf vom Meister und wurden in die Schule zurückbeordert :-). Wir saßen noch ein Weile und haben Marketta noch zum Essen und zum Bier eingeladen. Für Morgen den offiziellen Freien Tag haben wir eine Wanderung im Tal des sorglosen Lebens geplant. Mal schauen was wir dort erleben und was wir noch an unserer Tour ergänzen.

Die Legende von "AnseGa"dem freundlichen Riesenmönch!

Inzwischen ist hier in den Wudang-Bergen unter den Einheimischen die Legende von "AnseGa"dem freundlichen Riesenmönch entstanden. sie erzählt von einem riiiiieeesigen bleichen aber freundlichen Riesen, der hier gemeinsam mit anderen trainierte, sich fotografieren ließ und oftmals in geselliger Runde beisammen saß. Wo dieser Riesenmönch hin ist, kann sich keiner erklären, denn so schnell wie er auftauchte, war er auch wieder weg. Alle fragen uns, ob wir ihn gesehen haben. Aber leider können wir nicht antworten. Wir vermissen ihn aber auch!

Kommentare:

Ansega

13. Mai 2014, 19:53

Lol, ich vermisse mich auch. Bin immer noch nicht wieder ganz bei mir. Arbeiten ist härter als kicken und der Jetlag will nicht vergehen :(Ich lese, dass Ihr eine verdammt gute Zeit habt. Schade, dass es so schnell vorbei war.

Mittwoch 07.05.2014

Tal des sorglosen Lebens:

Wir sind schön früh aufgestanden, wobei das fast schon ausschlafen war. Ohne Frühstück sind wir um 7:30 Uhr zum Bus. Wie gut, dass die Fahrpläne hier reine Orientierung sind, denn der erste Bus nach unten kam erst kurz nach 8, nach oben sind erstaunlich viele schon früher gefahren.

Nach der Bewunderung der Filmkulisse zu diversen Filmen sind wir den Weg durch das Tal angetreten. Vor zwei Jahren musste ich mich noch mühevoll an dem Fluss durch die wilde Natur entlang quälen. Nikki und Sascha hatten das Glück gleich den bereiteten Weg mit gebauten Treppen gehen zu können. Auf den sieben Stunden Wanderung sind uns auf dem ersten Kilometer 5 Chinesen begegnet, sonst war weit und breit keiner zu finden. Herrlich um komplett abzuschalten. Die letzte Stunde ging es nur Treppauf! Ist fast so schön anstrengend wie ohne präparierten Weg ;-). Wir konnten viele tolle Bilder machen und haben zwischendrin die Füße ins klare kalte Wasser gestreckt.

Bei dem dreistufigen Tempel sind wir rausgekommen und sind dort noch durchgelaufen. Nikki und Sascha hab ich noch zum Besichtigen im Tempel herumgeschickt. Mir war es dann doch etwas zu heiß und ich hab das ja auch schon gesehen.

Vor dem Tempel haben wir in einem der Lädchen Süßigkeiten probiert und einen ganzen Berg davon gekauft. Sogar Sascha, der für Süßes gar nicht so zu haben ist, hat etwas gefunden, dass er dann auch gleich mehrfach unbedingt mitnehmen musste ;-)

Mit Nikki bin ich dann noch zu dem Teepavillon gefahren, da uns die Seilbahn zum goldenen Topp leider direkt vor der Nase zugemacht hat. Nikki wäre ja auch noch nach Nanyang gelaufen, aber mir war das dann doch etwas zu viel. Dann zu einer kleinen Teeprobe mit schöner Aussicht über die Teeplantagen und mit dem Bus nach Nanyang und von dort zur Akademie laufen. Naja... Oder auch nicht, jedenfalls der Teil mit dem Bus hat uns hier einen Strich durch die Rechnung gemacht. Der Bus hat nämlich drei Kilometer vor unserer Akademie, an der wir ja vorbeifahren wollten, den Geist aufgegeben. Im Bus haben wir 4 Kollegen aus unserer, am Montag hinzugestoßenen, Reisegruppe getroffen. Das war unser Glück, denn kurz nachdem wir aus dem Bus gestiegen sind kam ein nobler Toyota-Geländewagen vorbei, den ein Mitarbeiter einer anderen Schule gefahren ist, welchen die anderen doch tatsächlich kannten. Der hat sofort angehalten und die 6 deutschen Touristen eingepackt. Da staunten die anderen chinesischen Fahrgäste nicht schlecht dass er ausgerechnet uns eingeladen hat. Zu fünft auf der Rücksitzbank mit vollaufgedrehter chinesischer Popmusik sind wir bis zur Akademie gefahren worden. Eine Riesengaudi. Dann war genau Abendessenzeit und wir sind dann doch dort geblieben.

Nach dem Abendessen, sprich jetzt, wieder ein Besuch in unserem Internetparkcafé, um den Daheimgebliebenen von unserem tollen Tag zu berichten.

Nun noch ein kleiner Spaziergang, wobei ich denke, dass Nikki lieber zum Nanyang hochgefahren wäre (dann eben ohne Essen und mit dem nächsten Bus, es kamen ja noch welche) - ok, sie hat gesagt, dass sie es lieber gemacht hätte. Jetzt wo sie sich wieder bewegen kann - nach drei Tagen Muskelkater und sonstigen Schmerzen und dem Marsch heute, hat sie irgendwie Hummeln im Hintern. Das wird sich mit den nächsten Trainingseinheiten auch wieder legen ;-)

Donnerstag 08.05.2014

Nachtrag von Gestern:

Beim Abendspaziergang haben Nikki und ich Sascha mit Musik genervt. Wir haben uns abwechselnd mit dem Handy, auf dem Weg nach oben zum Pavillon, Lieder vorgespielt welche wir gut finden. Sascha hat das wohl etwas irritiert denn er hielt immer mehr Abstand. Sorry Sascha - aber so macht man das halt in China, man nervt alle anderen mit seiner Musik, ob Sie das gerade hören wollen oder nicht :-)

-

Morgentraining war heute wieder oben im Tempel. Wetter war sehr schön und sonnig. Inzwischen hat sich herungesprochen das wir Xuan Men Jian lernen. Es werden immer mehr Nonnen welche unser Training begleiten und die Form auch erlernen möchten. Macht richtig Spaß und motiviert zusätzlich. Die Nonnen sind so herzlich und verbreiten immer gute Stimmung. Sie machen alles mit, sei es nun das Stretching oder die Kick's. Warten tun Sie aber wohl immer auf das Schwertraining:-) jedenfalls sind dann immer die meisten dabei, die scheinen sich vorher auch gegenseitig anzurufen. Eine steht Wache bis wir kommen, dann wird hektisch telefoniert und dann werden es immer mehr ;-)

Während der Pause habe ich mal einen Bauarbeiter gebeten mir seine Trage mit den Steinen aufzuladen, wollte wissen wie schwer das Zeug ist, dass Sie da immer bei uns im Tempel die Treppen zur Baustelle vorbeibringen. Dass Gewicht ging ich schätze über die Holztrage mit den zwei daran befestigten Körben waren so ungefähr 30-40 Kilo. Das eigentlich faszinierende war aber das Gleichgewicht zu halten, da die beiden Körbe bei der kleinsten Bewegung stark schwankten. Ich bin dann zur Belustigung der anderen ein paar Treppen nach oben gestiegen

bevor ich die Last wieder an seinen Besitzer zurückgegeben habe. Respekt vor denen, die haben wirklich keinen leichten Job.

Beim Schwertraining haben wir wieder ein paar Bewegungen dazugelernt und können wieder einen kleinen Part der Form damit verbinden. Der Meister korrigierte uns heute wieder etwas und wir müssen ein paar erlernte Details wieder ändern. Aber wie zu Hause gilt auch hier "Ober sticht unter" und der Meister hat immer recht :-)

Auf dem Rückweg von unserem Mittagsspaziergang haben wir noch Lilo, eine Freundin von ihr und einen perfekt Deutsch sprechenden Chinesen getroffen (Namen vergessen wir nennen ihn mal Ping) der sie begleitet hatte, weil sie sich von früher kennen. Leider waren Lilo und Ihre Freundin schon auf dem Weg zurück zum Zug und nach Deutschland, aber der Chinese also Ping bleibt noch zwei Tage. Ich hoffe wir treffen ihn wieder und können uns noch etwas unterhalten.

Danach haben wir uns noch etwas ausgeruht und uns dann zum Nachmittagstraining befördert. Mir schmerzt heute etwas die linke Hüfte aber dem Muskelkater in den Beinen geht es besser und ich kann schon wieder etwas höher treten. Mal schauen wie sich das Ganze entwickelt.

Na...grad geschrieben und schon läuft Ping mit unserem Meister hier "Internetparkcafé" an mir vorbei.

Kommentare:

Tobias

08. Mai 2014, 13:29

Wer Rechtschreibfehler findet darf Sie behalten :-)

Danielle

08. Mai 2014, 17:40

auch ich habe Ping mit dem Meister vorbeilaufen sehen während ich mit Nikki telefoniert {Face Time} habe und Tobi den Blog im Internetparkcafé schrieb :-)

Xiaomo

22. Mai 2014, 13:51

"Ping" heißt Pei, genannt "Peter"!

Freitag 09.05.2014

Heute Vormittag haben wir trotz schlechtem Wetter im Tempel trainiert. Als es immer mehr zu regnen begann, wurden wir von den Nonnen in den überdachten Teil der dortigen Klostermensa eingeladen. Auch das war wieder eine fantastische Stimmung mit dem auf das Dach prasselnden Regen und dem Blick auf die Wolkenverhangenen Berge rund um den Palast. Kick nach Kick wurde absolviert und langsam verbessert sich dabei auch unsere Haltung, auch fuchteln wir nicht mehr wie wild mit den Armen. Wieder haben sich ein paar Nonnen und Novizen zu uns gesellt und gemeinsam mit uns das Training durchlitten. Wobei gelitten haben eher wir. Bei leichtem Nieselregen konnten wir dann unsere Schwertform wieder im offenen Hof absolvieren wobei uns hierbei diesmal keine Nonnen mehr begleitet haben. Sind also auch nur Schönwetterkämpfer ;-)

Unser Mittagsspaziergang ist mehr wie kurz ausgefallen. Raus aus der Akademie, in den Park und wieder zurück. Wobei das Wetter in den Bergen tolle Wolkenspiele mit den Bergen macht. Bei dem Regen dann heute doch mal auf dem Bett ein bisschen entspannt... Danach klappt das mit der Motivation fürs Training allerdings gar nicht mehr. Jan und ich haben heute noch Handabhärtung an den Wänden gemacht. Marketa: "Be careful. This wall could be static important!" Beim Dehnen auf der Fensterbank sind immer wieder kleine Stückchen Putz abgebröckelt. Zhung war die ganze Zeit am nachkehren, dass der Meister ja nicht merkt, dass die Bude auseinander fällt ;-). Noch schlimmer als das Training im Gang war aber die Zeit, die ging gar nicht rum - gefühlt ist sie heute sogar mehr rückwärts als vorwärts gelaufen. Muss am Regen liegen, da hat die auch keine Lust ;-). ("schaut schon wieder ne Minute um")

Aber zur Belohnung, von min. 30 Min Dulibu stehen (ok - gefühlte 30 Min) und dem durchgestandenen Trainingsblock, haben Sascha, Nikki und ich uns für 1,60€ einen chinesischen Feierabend bei der Frau in der ersten Garage gegönnt: grüner Tee für alle, Bier, Sonnenblumenkerne, Erdnüsse und Schaumstoffkäsechips.

Für diesen friedlichen Regenfeierabend haben wir sogar den angebotenen Kaligrafiekurs ausfallen lassen. Eine gratis Schnupperstunde, dazu brauch ich nicht nach Wudang ;-)

Wir haben heute mal die Verhandlung nach einem extrafreien Tag gestartet. freilich nur bei Aussicht auf schönes Wetter - mal gespannt, ob Sandy das bei unserem Meister durchbekommt.

Außerdem hat sich eine neue Geschäftsidee entwickelt. die China-App mit den tollsten Geräuschen, die man hier so regelmäßig mitbekommt, die uns die erste Zeit sicher fehlen werden. Das Schlürfen beim Essen, das

Hochziehen der Nase, das Schnäuzen und ganz besonders toll das Hochziehen aus dem tiefen Rachen und dann das auf den Bodenspuken, wobei man das Aufklatschen dann auch noch hört - also so richtig schön eklig... Da fahren die Kids sicher voll drauf ab!

Kommentar:

Danielle

09. Mai 2014, 18:44

iiiiigittt auf die China App könnte ich wirklich verzichten :-)) Wer kommt denn auf so eine Idee? Kann nur am Wetter liegen .-))

Samstag 10.05.2014

Nachtrag zu gestern Abend:

Es lohnt sich etwa eine Stunde zu spät zu einem Kalligrafiekurs zukommen, in den einen der Meister dann doch noch reinschleift weil mal etwas unbeschäftigt im Gang rumsteht. Mit den Worten von Ping: "...ich hoffe ich habe Euch jetzt nicht zu sehr mit den Ausführungen gelangweilt. Aber jetzt dürft ihr alle malen." Na, perfekt, so haben Nikki und ich noch etwas die richtige Federführung für die Schriftzeichen üben dürfen. Sascha hat sich erfolgreich ins Bett verdrückt und ich habe irgendwann einfach die Zeichen aus der Zeitung abgemalt - keine Ahnung was ich geschrieben habe, aber es hat Spaß gemacht und sieht auch gar nicht so schlecht aus. Nach zwei vollgemalten Blättern haben wir beide uns dann auch wider verkrümelt - waren ja eh nur Sondergäste ;-))

Unser Meister hat das ganze Schönschreiben extra schwierig gemacht, denn er hat seinen Bogen Papier noch vor sich in die Luft gehalten und dann geschrieben.

Samstag 10.05.2014 (jetzt aber wirklich der Samstag)

Es ist arschkalt und regnet den ganzen Tag - baaaaah.

Außer dem deprimierendem Training im Treppenhaus gibt es aber auch die gute Nachricht dass wir morgen gemeinsam einen Ausflug zum Five Dragon-Tempel ins andere Tal hinüber machen (vorausgesetzt dass das Wetter mitspielt). Nikki ist weniger begeistert, dass die Herde mitgeht und Sascha hätte als Fotograf auch lieber den Rest nicht dabei (freie Sicht auf das Objekt), vielleicht lässt da ja was machen. Das Wetter soll dafür aber wieder werden. Schauen wir mal. Training macht zwar Fortschritte doch die Schwertform kann man im Treppenhaus nicht viel bzw. gut üben. Wir hoffen also auf weitere Tage mit Sonne bzw. ohne Regen.

Beim Abgruß am Morgen hat Zhung uns in Zeichensprache zu verstehen gegeben, dass wir uns vorm Essen noch waschen sollen. unsere Qigongtruppe hat das komplett missverstanden und angefangen sich abzureiben. Das üben wir dann vielleicht doch nochmal mit der Verständigung ;-))

So unmotiviert und unspektakulär wie das Morgentraining lief es auch nach dem Mittagessen, trotz ausruhen weiter. Zhung hat uns beim Dehnen etwas gequält und uns auch aus- oder eher eingerenkt, wobei Nikki hat er wohl eher kaputt gemacht, das hat ganz schön geknackt...

Nach dem Abendessen - was hier neu ist seit die typischen Deutschen da sind, jetzt wird schon vor der Küche Schlange gestanden, bis es endlich Essen gibt, davor wurde immer schön zum Essen gerufen, das hat irgendwie auch mehr Flair - also nochmal... Der Satz ist so lang geworden... nach dem Abendessen sind Nikki und ich nochmal los und wollten wieder so einen schönen chinesischen Abendausklang machen... Sascha wollte nachkommen. Diesmal sind wir aber zum kleinen Mann, da es bei der Dame in der ersten Garage schon voll war. Wir haben Tee bestellt und uns schön draußen hingesezt. Wir saßen noch nicht und schon hat es in der Pfanne gebrutzelt. Nikki war zwar der Meinung, dass das nicht für uns sein wird, da wir ja nichts bestellt haben, aber das war wohl ein Irrtum ;-)) das war sehr wohl für uns... Zwei Teller Hühnchen, dann noch Gemüse und noch irgendwas... Und Sascha hat sich mit dem Nachkommen echt Zeit gelassen. Aber er ist gekommen und hat unsere Ehre gerettet, denn wir waren alle ziemlich satt, aber in Sascha geht irgendwie immer noch was rein. Zu dem Essen wurden dann auch noch gute chinesische Zigaretten gereicht und Bier aus Reisschalen, wobei der kleine Mann dann doch lieber seine eigenen Schnaps getrunken hat. Er hat uns zum Schluss dann noch zwei Packungen grünen Tee verkauft, wollte aber für die Getränke und das Essen nichts haben. Er hat gesagt, Er hat uns als seine Freunde zum Essen eingeladen. Somit war das noch ein richtig gelungen Abendausklang und Wiedermal ganz anders als geplant und erwartet. So macht das wirklich gute Laune bei dem doofen Wetter.

Kommentar:

Danielle

11. Mai 2014, 17:10

Find ich toll, dass trotz so miesem Wetter es immer noch eine angenehme Überraschung gibt. Ich hoffe das Abendessen unter Freunden hat geschmeckt. Ihr trinkt nur grünen Tee??? Habt Ihr mal gefragt ob man ihn täglich trinken kann - auch im Winter und wie wird er richtig zubereitet? Freu mich schon auf den nächsten Wudang Blog. Liebe Grüße Danielle

Sonntag 11.05.2014

Das Wetter war gut und so hieß es nach dem Frühstück für die meisten - Ausflug zum Wu Long Gung (Fünf Drachen Palast ins andere Tal). Nur wenige der Gruppe und Marketta und Jan sind in der Schule geblieben. Marketta weil Sie diesen Ausflug schon vor zwei Tagen gemacht und Jan weil er lieber trainieren wollte. Die anderen die sich uns nicht angeschlossen haben wollte den zusätzlichen Freien Tag anders verbringen oder ihnen war der Weg zu weit und zu anstrengend. Gemeinsam mit dem Meister, drei der Schüler und dem Rest der Gruppe sowie vier Chinesischen Gästen, der Köchin und Sandy der Frau des Meisters der Akademie ging es für uns dann aber los. Die Abkürzung durch die Berge endete aber ein paar Mal in einer Sackgasse in den Bergen, bis wir dann doch gemeinsam langsam auf dem sehr verschlungenen Pfad auf dem Weg ins erste Tal waren. Immer wieder die Suche nach dem richtigen Weg quer durch die Berge. Nach ein paar Stunden kamen wir dann unten im Tal an einem Fluss an wo wir gemütlich eine gemeinsame Pause einlegen konnten. Die Seele baumeln lassen und die Füße ins frische Wasser strecken konnten. Ab hier war der Weg hinaus aus dem Tal und rauf auf den Berg wieder gut ausgebaut und wir konnten den Aufstieg ca. 2000 Stufen zum Wu Long Gung beginnen. Die Gruppe zog sich diesen doch durchaus anstrengenden Weg nach oben langsam aber sicher weit auseinander. Oben angekommen wurden wir aber reichlich belohnt den der Palast der Fünf Drachen ist eine imposante Anlage direkt am Berg gelegen und erstreckt sich über ein riesiges Areal. Alte verfallene Teile und neu errichtete Palasttempel. Jede Menge Motive für tolle Fotos, dieser Weg hat sich echt gelohnt. Im Palast hatten wir einige schöne Runden Teezeremonie mit dem Meister und Sandy. Dann gab es noch ein lecker Mittagessen von den dort ansässigen Daoisten und wir konnten uns in Ruhe von den Strapazen der Wanderung erholen. In der Palastanlage wurden dann noch fleißig Gemüse für die Akademie und wilde Kräuter gesammelt. gut dass die Köchin dabei war. Der Meister wurde ständig ins Dickicht geordert um Selten und heilsame Kräuter zu sammeln. Sind schöne Fotos geworden. Für den Rückweg hatte man uns zwei Kleinbusse organisiert den der Weg von dort in die Stadt hätte nochmal viele Kilometer bedeutet. Unterwegs trennten sich die Wege der zwei Busse allerdings. Ich saß mit Nikki im Bus des Meisters, der Köchin und der Schüler. Auf dem kurvigen Serpentina nach unten wurde allerdings Sandy und der Köchin richtig schlecht weswegen wir eine Pause einlegten und dann in der Stadt angekommen direkt zum Parkeingang zurück fuhren. Der Bus mit den anderen hat noch in der Stadt gehalten um im Supermarkt einige Einkäufe zu erledigen. Wir sind mit unserer Gruppe nachdem wir die Fotos für unsere Jahreskarte machen ließen wieder rauf in die Berge gefahren. Nikki und ich haben allerdings den Bus wieder bis zur Endhaltestelle am Nayang genommen. So konnten wir auch noch ein bisschen Einkäufe erledigen. Wir haben Tee und lokale Süßigkeiten wie Sesam- und Reisgebäck gekauft und dann zu Fuß wieder den Rückweg über den Bienendaoisten angetreten. Dieser war heute sehr freundlich hat sich viel Zeit und uns gleich an die Hand genommen und zum kurzen verweilen eingeladen. Mit ein paar chinesischen Brocken konnten wir uns kurz unterhalten und er hat unsere Schwerter bewundert. Zurück in der Akademie haben wir geduscht und uns für Markettas Abschied vorbereitet. Leider waren alle Shops bis auf einen schon zu. Dort konnten wir aber noch günstig ein paar Bier erstehen und haben mit Markettas Schnaps auf Ihren Abschied anstoßen können.

Wieder also geht ein ereignisreicher und wunderschöner Tag zu Ende und wir sammeln nun Kraft für das morgige Training.

Kommentar:

Danielle

12. Mai 2014, 13:54

hallo Tobi, jetzt muss ich mich mal bedanken für die wirklich tollen Tagesberichte. Wie jeden Tag freue ich mich darauf sie zu lesen. In Gedanken bin ich eigentlich auch im Wudang Gebirge und wandere mit - bis auf die 2000 Stufen :-)) die habe ich ausgespart. Nikki schickt mir öfter ein paar Bilder - einfach Märchenhaft. Wünsche euch noch weitere schöne Ereignisse und hoffe, dass das Training nicht so hart ausfällt. Freue mich schon auf den nächsten Blog. PS: das mit dem grünen Tee hat sich erledigt - den kann man doch ganz beruhigt jeden Tag trinken. LG Danielle

Montag 12.05- bis Mittwoch 14.05.2014

Diese Tage fasse ich aus verschiedenen Gründen einfach mal zusammen.

Grund 1: Irgendwie habe ich die am Vortag im Wu Long Gong gesammelten Kräuter wohl nicht so gut vertragen. Ich habe mich die kommenden zwei Tage intensiv mit "Magen-Darm-Qi Gong" beschäftigt. Bei mir ging es am Montagmittag mit Übelkeit los und hielt mich dann die ganze Nacht wach. Sagen wir mal es ging mir im wahrsten Sinne des Wortes zum Kotzen. Dienstag ging es mir dann beschissen :-). Und heute Mittwoch ist es schon wieder besser und ich konnte auch schon ein wenig trockene Nudeln essen. Mein Tagesziel für heute ist es zu duschen und das Nachmittagstraining versuchen mitzumachen. Nikki hat sich die ganze Zeit ganz lieb um mich gekümmert weswegen die wenigen Ereignisse während meinem Delirium hauptsächlich auf Ihren Schilderungen beruhen. - Danke dafür.

Grund 2: Es sei wohl eh nichts passiert, ganz normales Training welches mal motivierter und mal unmotivierter war. In den wenigen wachen Momenten wo ich etwas mitbekommen habe erinnere ich mich hauptsächlich an das gewohnte Zählen bei den Übungen und jede Menge schlechter Versuche von verschiedenen Personen, deren Namen ich nicht nennen möchte, einer Flöte irgendwelche Töne zu entringen.

Grund 3: Das Essen hat wohl zeitweise der Meister zubereitet weil die Köchin wohl keine Lust oder einen freien Tag hatte. Muss sehr geschmacklos gewesen sein auch wenn er sich richtig Mühe gegeben hat.

Erkenntnisse aus den vergangenen Tagen sind auch einige dazu gekommen:

1. Ich hätte bei den komischen Pilzen vielleicht doch etwas skeptischer sein sollen.
2. Unsere QiGong Gruppe benutzt verbotene Dopingmittel in Form von Arnika-Öl damit Ihnen die stehende Säule nicht so weh tut.
3. Alles was kein Ma Bu ist, ist stehende Säule und zur Erholung da. Dies hat uns zu mindestens unser Meister sehr deutlich, mit Gesten und einer Demonstration eines echten Ma Bu verdeutlicht. Ich glaube keiner von uns stand schon mal in einem Ma Bu. Das müssen wir echt üben.

Heute Vormittag habe ich schon eine kleine Runde spazieren können, ich fühle mich noch etwas schwach werde aber nach dem Mittagessen versuchen das Nachmittagstraining mitzumachen. Das Wetter ist auch nicht so beständig. Sonne und Regen wechseln sich ab.

Kommentar:

Tobias

14. Mai 2014, 12:24

Ok. Nachmittagstraining gut überstanden und ruhig angehen lassen. Jetzt ist Nikki leider etwas übel und ich kann mich für die Pflege revanchieren. Dass einem die Schüler aber auch immer alles nachahmen müssen. Keine Angst Danielle wir passen auf Nikki auf.

Donnerstag 15.05.2014

Doch noch etwas flau im Magen, mein Körper steckt diese chinesische Magen-Darm-Attacke doch noch nicht so schnell weg. Das Training gestaltet sich etwas ruhiger da Zhong mit der größeren Gruppe wohl doch ganz schön im Stress ist. Gut für uns. Jan, Sascha und ich haben so die meiste Zeit unsere Ruhe und können die bereits erlernten Bewegungsabläufe und Kicks und Stände somit in Ruhe verfeinern. Nikki liegt noch flach wird aber regelmäßig mit heißem Tee, Essen und Streicheleinheiten versorgt. Ich lasse es auch ruhiger angehen. in der Form kommen wir trotzdem voran. Über den Mittag habe ich mich mit Vitaminen (Äpfeln) eingedeckt, kann den Reis und die Suppe gerade nicht mehr sehen. Zu Mittag gab es dann aber auch Pfannkuchen welche wir mit Nutella oder mitgebrachten Schoko-Osterhasenlollies auf gut deutsche Art genießbar machen konnten, das selbst gepflückte Gemüse dürfen die erst einmal wieder selbst Essen. Training fand heute Morgen in der Akademie und am Nachmittag wieder oben im Palast statt. Leider sind die Nonnen gerade etwas rar, welche und bei der Schwertform immer so schön begleitet haben. Dafür haben die chinesischen Touristen wider etwas genervt. mich stört das nicht mehr allzu stark aber die anderen nervt es ein wenig :-)

Nach dem Abendessen war ich mit Sascha am Nanyang oben und habe die schöne Aussicht auf den Felsentempel genossen. Hier konnten wir uns auch mit mehr Äpfeln und ein paar Bananen eindecken. Habe auch gleich Nikki etwas gebracht, ich denke die braucht noch einen halben Tag ist aber auch schon durch das gröbste durch. Auf dem Rückweg haben wir noch Bernd eingesammelt und sind wieder durch den Einsiedlerpfad zur Schule zurückgelaufen. Sascha und Jan haben sich dann noch ein Bierchen gegönnt aber ich habe heute mal gepasst. Hoffe dass es mir morgen wieder richtig gut geht und ich das Training gut überstehe. Am Samstag haben wir dann noch mal einen freien Tag und den Golden Top geplant. hoffe das. Wetter spielt mit, für Morgen ist auf jeden Fall erst einmal noch schlechtes Wetter vorhergesagt. Vor dem ins Bett gehen saßen einige noch

gemeinsam draußen auf der Terrasse und haben den Schülern noch Bein Abend-Taichi zusehen können. Jetzt habe ich noch meine letzten Motivationsschübe genutzt und schreibe noch schnell den Blog für heute. Liebe Grüße aus Wudang Tobias und der Rest der Gruppe.

Freitag 16.05.2014

Heute Morgen hat unser Meister schon ziemlich früh viel Aufmerksamkeit benötigt. Für sein Morgen-Taichi hat er sehr laut Flötenmusik in seiner Musikbox laufen lassen. Hat auch wunderbar funktioniert, denn es waren recht früh dann auch alle wach und haben ihn bewundert, fotografiert und gefilmt. Nikki geht es wieder besser und hat das Pfannenkuchenfrühstück mit Nutella unterstützt. Die andere Variante für Frühstück wäre grün gewesen und deswegen freilich ausgefallen. Das Morgentraining haben wir wieder alle zusammen machen können. Wobei die Aufwärmrunde ist dezent lächerlich ausgefallen, denn die ging raus aus der Akademie um die Kurve, einmal um den Tempeltümpel und wieder zurück?!? Insgesamt sind wir vielleicht 500m gelaufen. Naja, ich vermute das lag am Wetter, denn unsere Chinesen sind ja aus Zucker und sobald es tröpfelt rennen die rein. Das hat uns heute auch etwas verwirrt, denn Zhong hat uns mehrfach rein und wieder rausgescheucht ;-)

Nach dem Bratkartoffelmittagessen (es wird immer deutscher mit der Küche ;-)) haben wir erfahren, dass wir den Nachmittag frei haben. Trifft sich perfekt. Sandy hat für Sascha, Nikki und mich am Golden Top ein Zimmer gebucht. So hatten wir in Ruhe Zeit unsere Sachen zu packen und mit Bus und Seilbahn zum Hotel zu kommen. Den Fußmarsch machen wir dann morgen, wenn es wieder zurück zur Akademie geht.

Das Hotel ist sehr interessant. Auf diversen Zwischenebenen stehen sogar Zelte, aber wir haben tatsächlich ein Zimmer mit TV (ob der tatsächlich geht, wird noch getestet). Vor dem Abendessen mit Kartoffeln, Gemüse, Reis und Hühnchenknochen sind wir noch direkt zum Golden Top gelaufen und haben einen schönen Blick von oben auf das Wolken behangene Tal gehabt. Also nicht wirklich viel Sicht, aber eine tolle Stimmung.

Samstag 17.05.2014

Die Nacht am Golden Top in unserem Dreibettzimmer verlief aus meiner Sicht ganz ruhig. Habe gut geschlafen, nur Sascha und Nikki klagten über irgendein Generatorgeräusch, habe ich nicht gehört. Kurz vor Fünf sind wir gemeinsam aufgestanden und haben uns rasch fertig gemacht um den Sonnenaufgang oben an der Tempelanlage zu erleben. Die große Aussichtsplattform hat uns dann mit einem tollen Panorama und super Wetter begrüßt. Unter uns lagen ganze Wolkenmeere und über uns der klare Himmel mit dem Vollmond. Mit uns waren nur einige chinesische Übernachtungsgäste aus dem Hotel in der Anlage unterwegs. Über die tieferen Berge schwappten die Wolken wie Wasser über die tiefgründig Berghänge und langsam ging die Sonne auf und entlohnte uns für diesen Ausflug. Traumhafte Kulisse und eine atemberaubende Stimmung. Ab sechs Uhr öffnete auch der Tempelkomplex und wir konnten noch weiter bis zur Goldenen Halle auf der Bergspitze aufsteigen und in Ruhe alles genießen. Wer hier mal herkommt sollte diese Tour auf jeden Fall einplanen. Nach ungefähr zwei Stunden machten wir uns nach dem Ausschicken auf den Rückweg über unzählige Stufen hinunter ins Tal. Auf unserem Rückweg konnten wir noch den ein oder anderen Tempel besichtigen und uns kamen auch immer mehr Pilger entgegen welche den beschwerlichen Aufstieg ins Angriff genommen hatten. Kurz vor dem Nanyang-Tal von welchem man auch einen schönen Blick auf den gleichnamigen Felsentempel hatte stöberten wir noch durch einige der Souvenirläden und konnten dass ein oder andere Mitbringsel sichern. An den zahlreichen Restaurants lagen überall Pilze, Gemüse und Kräuter aus. An den Wänden getrockneter Fisch und Hühnchen sowie aller Arten von Fleisch. Da das Wetter aber diesiger wurde und es ein wenig zu regnen begann entschlossen wir uns kurzfristig den Nanyang Tempel ein andermal in der Mittagspause zu besuchen und lieber in die Stadt zu fahren.

In der Stadt besuchten wir einige Schwertläden und den dort gelegenen Stadtpalast. Dieser beinhaltete eine schöne Gartenanlage und lud ein wenig zum Verweilen ein. Wir genossen auch ein paar kulinarische Köstlichkeiten wie frisches Obst, chinesische Teigtaschen und kehrten beim Nudelmacher ein wo allerdings nur noch Sascha genügend freien Magenraum aufweisen konnte. Dann noch ein Abstecher beim Bäcker und frisches Gebäck kaufen. Im hiesigen Supermarkt kauften wir jede Menge Tee, Süßkram, sprechende Taschenrechner um die Kollegen zu ärgern und jede Menge Krimskrams der einfach mit musste :-)

Nach der Rückkehr zur Schule genossen wir bei Kaffee und Tee mit Gebäck die Tageseindrücke und tauschten unsere Erlebnisse mit denen der anderen aus die auch auf verschiedenste Weise Ihren freien Tag erlebten.

Abends sind wir dann nach einer ausgiebigen heißen Dusche noch beim "Kleinen Mann" Jan verabschieden gegangen der Morgen Abreist und noch ein paar Tage in Peking und Singapur verbringen möchte.

Alles in allem ein anstrengender doch sehr schöner Tag nach welchem wir nun das Bett genießen und uns Kraft für das Training der kommenden Woche holen.

Kommentar:

Jasper Goller

18. Mai 2014, 09:48

Grüße aus Prag, hier regnet es auch. Andi, Oliver, Annie, Mia, Jasper, und Mama

Tobias

19. Mai 2014, 01:40

Hallo Ihr, bei uns ist das Wetter wider sehr schön und heiß. Aber das wechselt auch ständig in den Bergen.

Wünsche Euch viel Spaß in Prag.

Sonntag 18.05.2014

Zum Morgentraining sind wir wieder in den Tempel gegangen, das Besondere heute war, dass wir beim Meister direkt Training hatten. Er hat freilich wieder einiges umkorrigiert, von dem wir später im nächsten Training Zhong klar machen mussten, dass sein Meister das so haben wollte ;-) Unsere Trainingsgruppe wurde um drei Mitglieder erhöht, zwei Schweizer und ein Chinese. die durften dann auch mit uns Kicks machen, aber danach haben sie eine andere Form gelernt.

Die Mittagspause haben wir ganz gemütlich in der Akademie verbracht. oh, und auch da kann man so manches erleben. Nikki und ich saßen mit Jan aus der Qi Gong-Gruppe auf der Terrasse. Wir haben zwei Chinesen beobachtet, die irgendwann plötzlich weg waren. Jan ist aufgestanden, um Tee aus seinem Zimmer zu holen, als er zurückkam, grinste er über beide Ohren und meint: "Da liegt ein Chinese in meinem Bett und pennt!" Ich hab ihm sofort meine Kamera in die Hand gedrückt, das muss dokumentiert werden. Martin, der in seinem Bett ein Mittagsschläfchen gehalten hat das später dann aus seiner Sicht berichtet: er sei kurz wach geworden, weil ein Chinese ins Zimmer geguckt hat und die Tür dann nicht richtig zugemacht hat. Deswegen ist er irgendwann aufgestanden und hat erst beim Wiederhinlegen gemerkt, dass es komisch riecht und da gar nicht Jan im Nebenbett liegt.

Mit einigem Tumult hat der Meister den Herrn dann wohl aus dem Zimmer zitiert ;-)

Tja, so ist das hier... Die Zimmer sind eben nicht zum Abschließen, man kann sich zwar einschließen (was die beiden vermutlich ab jetzt tun werden) aber eben nicht von außen zuschließen.

Das Nachmittagstraining war unspektakulär. Wir haben uns leider von Jan (jetzt ist wieder unser Jan gemeint) vorerst verabschieden müssen. Seine Reise führt in noch nach Peking und Singapur und wir werden ihn im Juni wieder in Stuttgart sehen und sicher fleißig mit ihm weiter trainieren.

Nach dem Abendessen sind Sascha, Nikki und ich noch mit den beiden Schweizern (Jannik und Farhad) zum Nanyang gefahren haben dort einen superschönen Sonnenuntergang gesehen (Sascha hat ihn freilich mit der Kamera festgehalten) und waren etwas einkaufen. Eigentlich wollte ich ja gar nicht mehr zurücklaufen, aber ein Bus ist eben nicht mehr gefahren. Na dann... eben wieder zu Fuß. Beim Bienendaoisten war schon zu - der alte Mann muss ja auch irgendwann mal in die Heia - deswegen haben wir uns für den sichereren Straßenweg entschieden. Auch nur bis zwei Kurven weiter eine Treppe kam und Nikki meinte, das wir das vielleicht abkürzen könnten. Sascha hat sich für den längeren Weg an der Straße entlang zum Pavillon entschieden. Hätten wir uns mal am Palast verabredet. Denn da sind wir dann nach Kreuzung einer Teeplantage und eines Schreins rausgekommen und mussten dann den Kilometer wieder bergauf zum Pavillon zurück ;-) somit war der Umweg von Sascha doch schneller. Aber den anderen Weg gehen wir morgen nochmal bei Tageslicht und mit meiner Kamera :-)

Auf dem Weg zu Sascha zurück trafen wir wieder die anderen Deutschen aus unserer Gruppe :-), aber wir konnten uns geschickt mit der "Neunpaläste-Formation" an Ihnen vorbeikämpfen.

Montag und Dienstag 20. -21.05.2014

Die letzten zwei Tage waren recht ereignislos. Das Training der Kicks hat etwas nachgelassen und wir können das Training deutlich entspannter angehen. Wahrscheinlich weil Zhong selber Muskel und Gelenkschmerzen hat. Fast schmerzlos streiche ich und Nikki aber deutlich besser und auch die Kicks sind so hoch wie nie zuvor. Sascha hat etwas mehr Muskelschmerzen und geht etwas langsamer an. Ist aber auch gut so ich kenne das noch von meinem letzten Aufenthalt hier. In den Pausen bin ich immer auf der Suche nach einem guten Bild des Paradiesvogels hier. Der zeigt sich aber nur wenn ich meine Kamera nicht dabei habe :-)

Dafür sind mir ein paar gute Bilder der Schwalben hier gelungen welche hier zahlreiche Nester unter dem Dach der Akademie haben, die neue Kamera zahlt sich mit Ihren 12 Bildern pro Sekunde wirklich aus. Das Training findet gerade wieder in der Akademie statt da unseren Lehrern im Tempel zu viel los ist, ich hoffe wir gehen die nächsten zwei Tage nochmal nach oben zu den Nonnen, mir gefällt es dort besser. Die Abende verbringen wir gerade mit kleinen Ausflügen zum Nanyang um dort die Sonnenuntergänge zu betrachten und uns immer wieder mit frischem Obst einzudecken. Heute Mittag war ich mit Nikki dort um auch den Nanyang-Felsentempel direkt zu besuchen und ein paar Posingfotos zu schießen. Sascha wollte später nachkommen und noch das Mittagessen mitnehmen. War ein schöner Ausflug. Sascha und Jan haben wir dann später getroffen doch Sie hatten nicht gewusst das Sie. Ich durch den Tempel vor dem Nanyang durchmüssen um zum Felsentempel zu gelangen. Ich denke Er holt das Morgen nochmal nach, vielleicht gehen wir dann nochmal mit. Langsam bekommen wir etwas Heimweh, aber es ist auch schade dass die Zeit hier langsam zu Ende geht. Unseren Meister und Zhong ist das auch aufgefallen und die Lerneinheiten werden deutlich kompakter. Heute Mittag ist kurz mal etwas Stress aufgekommen weil wir zu viele Bewegungen auf einmal lernen sollten, hat dann aber doch geklappt :-)
So dass war es für heute bin super Müde uns muss ins Bett.
Grüße aus Wudang - Tobias

Kommentare:

Ansgar

20. Mai 2014, 20:46

Frisches Obst: Äpfel gibt's übrigens auch bei der Frau am ersten Stand. Sind aber Bückware. Kein Plan, warum die die nicht einfach rauslegt. Wenn man nett fragt, gibt sie welche her und man muss nicht so weit laufen.

Tobias

21. Mai 2014, 01:22

Haben wir auch schon rausgefunden □ Aber am Nanyang sind Sie größer. Wir vermissen Dich und Jan

Mittwoch 21.05.2014

Sascha und Nikki sind heute Morgen von Marion beschenkt worden. Sie haben echten Libanesischen Kaffee bekommen und sich riesig gefreut und jeder gleich eine Tasse wirklich genossen. Bei unseren Trainingseinheiten fällt der Berglauf immer mehr wie ein Spaziergang aus. Spazieren, spazieren und spazieren, dann ein bisschen laufen und ab dem Spiegel wieder etwas spazieren. Sind heute beim Bienendaoisten vorbeispaziert, dieser war aber beschäftigt und hatte Besuch, also sind wie ohne längeren Aufenthalt zur Akademie zurück. Zhong hat uns die Kicks erspart und gleich mit der Schwertform weitergemacht. Jetzt kommt auf die letzten Tage nochmal richtig Zug dahinter. Ok, so halb, denn Saschas, Nikkis und meine Pause ist heute eine halbe Stunde länger ausgefallen. Hue hat im Meisterzimmer Tee gemacht, Sandy hat uns reingebeten und Hue hat mit einer Teezeremonie begonnen, die dann irgendwann Zhong übernommen hat und dann Hue wieder zu Ende geführt hat. Hat richtig Spaß gemacht. Danach haben wir noch ein paar Schritte gezeigt bekommen und dann hieß es "class over"! Über Mittag ist Sascha zum Nanyang gefahren, und ich mit Nikki in die Stadt, Geld holen und Jautze essen. Das Nachmittagstraining war wieder ohne Kicks. Beim Berglauf gab es dann Entscheidungssprints bergab, war auch lustig. Schwertform, Schwertform, Schwertform... So gefällt mir das, denn so kommen wir weiter, es ist anstrengend, aber macht einen nicht mehr ganz so fertig wie die Kicks.

Kommentar:

Danielle

22. Mai 2014, 16:12

Hallo Tobi, leider geht der Aufenthalt in WudangShan bald zu Ende und Ich werde die täglichen Berichte sehr vermissen. Ich wünsche Euch noch ein super Meister-Training und einen angenehmen Flug Richtung Peking und später dann nach Hause. Vielleicht sehen wir uns mal wieder in Stuttgart und trainieren die Schwertform???
Mach's gut, vielen Dank und grüß Nikki von mir. Liebe Grüße Danielle

Donnerstag 22.05.2014

Heute Morgen und heute Nachmittag hatten Yürgen, Susanna und wir drei noch Meistertraining in der Schule, die anderen sind in den Tempel gegangen. Der Meister wollte uns noch richtig einschleifen was er auch schaffte. Die Form sitzt, nur an der Geschwindigkeit und den Details müssen wir noch länger feilen.

Zum Mittagessen haben wir alle Yauze gebastelt (Das sind die Maultaschen hier). Hat richtig Spaß gemacht und gut geschmeckt.

In der Mittagspause waren wir dann noch zu dritt Einkaufen im Tempel. Nochmal Geld loswerden und mit Andenken eindecken. Ein wehmütiges Abschiedsgefühl hat sich dann auch schon eingestellt.

Zum Abendessen gingen wir mit der Schule zum Tian Lu Hotel wo wir als Gruppe alle aus der Schule zum Essen eingeladen haben.

Das Essen dort war fantastisch und wir saßen Wiedergänger dem großen runden Tisch wie vor zwei Jahren. Dieser dreht sich von alleine und hat auch eingebaute Kochplatten damit alles schön heiß bleibt. Es gab Suppen, Fisch, Pilze und Fleisch und Gemüse in allen Variationen. Andauernd kamen immer neue Gerichte bis wir bald platzten :-)

Gemeinsam stießen wir an auf die schöne Zeit welche wir alle in Wudang bei Meister Zhong Sifu Und seinen Schülern sowie Sandy und der Köchin verbracht haben.

Nach dem Essen sind Nikki, Sascha und ich noch zum Pavillon gegangen um auch von dort Abschied zu nehmen. Morgen früh noch einmal Training und dann geht es ab Mittag langsam auf die Heimreise.

Freitag 23.05.2014

Heute war definitiv schon Abschiedsstimmung in der Luft. Wir hatten nochmal ein sehr, sehr entspanntes Training im Tempel. Es ging eher noch darum vielleicht die eine oder andere Stelle zu korrigieren und nochmal die Atmosphäre zu genießen bevor es auf den Heimweg geht. Nicht nur bei uns sondern auch beim Meister und Xue Hau sowie den anderen war anzusehen, dass es nicht leicht ist sich wieder zu trennen, denn sowie uns sind auch wir Ihnen ans Herz gewachsen. Xue Hau ist für uns nochmal die Form gelaufen damit wir zu Hause etwas zum Üben und Einschleifen haben.

Nach dem Training ging es für alle zurück zur Akademie und ans packen. Hier haben wir auch noch kurz arrangieren können das Mirella mit dem Meister fahren kann, denn es ging ihr nicht so gut. Als wir fertig waren machten Nikki, Sascha und ich uns auf einen Bus in die Stadt zu nehmen, wir wollten den direkten Bus nehmen der an der Straße hält und ohne Stopp in die Stadt fährt, aber der kam nicht. Der kleine Mann wollte uns irgendwie erklären wann der kommt, doch seine Ausführung wurden von uns dreien unterschiedlich interpretiert. Zwischendrin brachte er uns noch Gurke als Wegverzehrung und wollte uns auch noch auf einen Schnaps einladen, welchen wir aber dankend ablehnten. Irgendwann haben wir uns dann doch entschieden den Bus zu nehmen bei welchem man umsteigen muss. Gut in der Stadt gelandet, haben auf die anderen gewartet und die Zeit noch mit Fastfood und Shopping verbracht.

Der Bus brachte uns dann nach Xiangfan in ein Hotel irgendwo am Arsch der Welt, war aber egal, denn man sieht vor lauter Smog in dieser Stadt eh nicht viel :-)

Hier konnten wir uns in den gemütlichen Zimmern etwas frisch machen bevor wir gemeinsam eine Möglichkeit zum Essen gesucht haben. Über einem Supermarkt hatten wir Tische mit Leuten Drumherum gesehen welche etwas aßen, also haben wir uns auch dort hin verirrt was im Nachhinein ein echter Glücksgriff war. Das Restaurant stellte sich als Chinesisches Hot-Pot-Restaurant dar und hat uns alle sehr angenehm überrascht. An einer Kühltheke konnte man sich mit allen möglichen Spießern bedienen und diese dann direkt am Tisch in zwei verschiedenen Brühen durchgaren. Auch hier gab es wieder eine reiche Auswahl an Fleisch, Fisch, Gemüse und anderen Köstlichkeiten. Gezahlt wird hier nach Spießern welche man verbraucht hat. Wir haben Yürgen und Susanna dann zum Essen eingeladen und eine schöne gemeinsame Zeit verbracht. Als dann die Rechnung kam waren wir alle überrascht denn vorher hatten wir ja keine Ahnung was dies kostet. In Summe haben wir dann für 11 träge vollgeessene Westler mit Getränken 230 RMB bezahlt was umgerechnet etwa 30€ entspricht. So gut und viel haben wir alle glaube ich noch nie zuvor für so einen Preis gegessen. Müde und zufrieden sind wir dann ins Hotel zurück. Wir haben noch etwas China sucht den Superstar geschaut und sind dann nach etwa drei Stunden Mückenjagd (20 Tote zu beklagen;-) zufrieden entschlummert.

Samstag 24.05.2014

Der Dunst der Stadt scheint über Nacht zugenommen zu haben, denn heute Morgen hat man noch weniger gesehen. Frühstück gab es im Hotel, wobei wir im Dunkeln gegessen haben. Warum an dem Licht gespart wurde, war uns allen allerdings nicht wirklich klar.

Nach dem das von uns am Vortag bestellte Taxi heute Morgen nicht wie versprochen um 8 Uhr vor dem Hotel stand, haben wir den Hotelbus zum Flughafen nach Xiangfan genommen. Vom Preis her war es kein Unterschied, aber der Hotelbus hatte doch deutlich mehr Komfort (Beinfreiheit und Regenschirmchen gab es auch;-)).

Am Flughafen, haben wir eingchecked. Leider konnte unser Gepäck nicht durchgeschleift werden, da die Flüge zu weit auseinander liegen. Aber es lief alles reibungslos, jedenfalls bis Peking. Dort haben wir unser Gepäck zwischengelagert und sind mit einem Bus des Tourist Service in die Stadt gefahren worden. Wir hatten den Bus für uns. Zuerst ging es in die verbotene Stadt. In 45 Min. sind Sascha, Nikki und ich durchgerannt, haben schnell Bilder gemacht und ich habe festgestellt, dass es sich durchaus lohnen würde dort mal das ein oder andere Stündchen länger zu verbringen. Unser Bus hat uns dann zu einem „Hutong“, ein Altstadtteil am Kanal der bis nach Shanghai führt, gebracht. Dort sind wir durch schmale Gässchen gelaufen, waren im Souvenirkaufrausch glücklich und haben uns dann auch noch auf einem der Dachrestaurants ein gutes Abendessen genehmigt. Alles ist zeitlich etwas eng geworden und da der Kaufrausch bei dem ein oder anderen etwas intensiver ausgefallen ist, war "Eile" angesagt. Und um es auch einmal gemacht zu haben, haben Nikki und ich es uns gegönnt mit der Rikscha (Ok... Motorbetrieben) um Bus fahren zu lassen. Woher der Fahrer allerdings wusste wo unser Bus steht bleibt ein Rätsel (er wusste es schon bevor wir es ihm sagen konnten!?!).

Nach unserer schnellen aber doch gelungenen Pekingtour (der Smog ist hier nicht besser wie in Xiangfan), sind wir wieder zum Flughafen, haben unser Gepäck abgeholt und sind zum Check In. Das war diesmal nicht ganz so einfach. Nikki und ich haben Übergepäck nachgezahlt und Sascha hat mit Wiebke ein lustiges und kompliziertes Schwertaufgabe-Manöver hinter sich. Scheint aber geklappt zum haben - wird sich dann in Frankfurt zeigen ;-)