

Tai Chi Chuan für Einsteiger

Kurs

jeden Mittwoch von 18.00 - 19:00 Uhr (nicht in den Ferien)

Waldkirchen, Gymnasium Waldkirchen oder bei schönem Wetter im Freien

Taijiquan (Tai Chi Chuan) ist eine alte chinesische Kampf- und Bewegungskunst. Sie dient der Lebenspflege, Gesundheit, der ganzheitlichen Entwicklung von Körper und Geist. Taijiquan ist Aufmerksamkeitsschulung und Meditation in fortlaufender Bewegung, ähnlich einem Tanz. Die Bewegungen sind sanft und fließend, voller Ausdruck, Schönheit und Energie. Besondere körperliche Voraussetzungen sind nicht erforderlich, jedoch sollte die Bereitschaft zum regelmäßigen Üben vorhanden sein.

Anmeldung

08581/984351 oder h.hohenwarter@gmx.de

Mitveranstalter:

KEB, Bildungswerk Stadt Waldkirchen

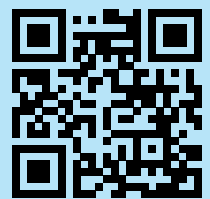
Qigong-Lehrerin Heidrun Hohenwarter

5 Euro pro Termin

Hinweis:

Der Kurs findet fortlaufend statt (nicht in den Ferien).

[mehr Infos &
Anmeldung](#)



VÖ: 03.02.2025

Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Freyung-Grafenau e. V.

Abteistr. 23
94078 Freyung

Tel. (08551) 4581

info@keb-freyung.de

www.keb-freyung.de