



Tai Chi Chuan – Level I und II

Man muss auch mal loslassen können! Mit gleichmäßig fließenden Bewegungen werden Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht gebracht. Das sanfte Bewegungstraining ist für jedes Alter geeignet.

Schwerpunkt von **Level I** ist das Erlernen der Tai Chi Chuan Peking Form, sowie kleiner Tai Chi Formen. **Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.**

Im Kurs **Level II** wiederholen wir die Peking Form und erlernen die Lange Form, Yang Stil. **Vorkenntnisse sind erforderlich.**

Unser Kursangebot

310+311 A	Mittwoch	09.03.2022	13 Kurstage
	Dauer	310 A: 15:15 bis 16:30 Uhr / 311 A: 16:45 bis 18:00 Uhr	
	Gebühr	78,00 Euro pro Kurs	
	Leitung	Inge Formann	

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung

Ort: Orangerie (hinter dem Marmorbad), Karlsau