



WU STIL TAI CHI KURZFORM

24.4./25.4. | 3.7./4.7. | 9.10./10.10.2020



Kursbeschreibung

Dieser Tai Chi Stil ist einer der bekanntesten Tai Chi Stile. Tai Chi stammt wie das Qi Gong aus klassischen altchinesischen Übungssystemen. Es beinhaltet verschiedene Aspekte: Gesundheit, Kampfkunst, Meditation. Die Bewegungen werden

bewusst langsam geübt. Sie halten beweglich, gleichen aus im Sinne der TCM, fördern Organ- und Gelenkfunktionen, sowie Klarheit, Wachheit und Lebendigkeit im eigenen Körper.

Dieser Kurs wird in 3 zusammenhängenden Blöcken unterrichtet, die nur zusammen buchbar sind. Die Wochenenden können aber einzeln bezahlt werden.

Ein Block (Freitag abend + Samstag) kostet 120,- €.

Termine: 24. und 25. April, 03. und 04. Juli, 09. und 10. Oktober 2020.

Kurszeiten: Freitag abend 17.00–20.00 Uhr, Samstag 10.00–17.00 Uhr

Kursgebühren: 120,- € pro Weekend-Block

Kursort: Yogaloft Bruckmühl

Kursleiter: Ernst Papperger, Arzt, Lehrer für Tai Chi und Qi Gong

**Anmeldungen bitte über meine Web Seite
„www.qi-kunst-mangfalltal.de“**