

neuer Einsteigerkurs

ab 01.März 2012

Chen - Taijiquan

gesund durch das Taiji-Prinzip

Chen-Taijiquan zählt zu den inneren Kampfkünsten, da es Bewegungen der Selbstverteidigung mit den Prinzipien der inneren Energiearbeit (Qigong) verbindet. Lernen Sie, Haltungsfehler zu erkennen, die Wirbelsäule und die Gelenke zu schützen und Ihre innere Kraft zu stärken.

Zeit : donnerstags 19:30 - 21:00 Uhr

Ort : Turnhalle der Wilhelm-Raabe-Schule
(von Gravenhorststr. auf den Schulhof, dann rechts)

Bitte mitbringen : bequeme, lockere Kleidung
Socken oder flache, bequeme Schuhe

Mehr Infos bei :

Maren Scheible 04131 / 710 555

Kursleiterin der WCTAG

World ChenXiaoWang Taiji Association Germany www.wctag.de

Mitglied im DDQT (Deutscher Dachverband für Qigong und Taijiquan)



Taijiquan benötigt kein spezielles Vorwissen, erfordert keine körperlichen Voraussetzungen und kann bis ins hohe Alter praktiziert werden.

Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich.

Kursgebühr 40,- EUR (Kensho-Mitglieder frei)

Ausrichter: www.kensho-lueneburg.de

kensho