



# Tai Chi

ab dem **7. Februar 2022** um **17.50 Uhr**

- ☯ Tai Chi Chuan, ursprünglich als Kampfkunst entwickelt, ist heute bekannt für seine wohltuenden Einflüsse auf die Gesundheit.
- ☯ Sanfte, harmonische Bewegungen werden mit dem Atem koordiniert und wirken positiv bei Gelenkproblemen, Herz-Kreislaufkrankungen und Verdauungsbeschwerden.
- ☯ Der meditative Charakter der langsamen Bewegungen hilft mit Stress besser umzugehen und schenkt einen tieferen, gesünderen Schlaf.

**Unser Kursleiter praktiziert Tai Chi über 30 Jahre und unterrichtet seit 1997**

**Wer Interesse hat kommt am besten vorbei und probiert es aus.**

**Schnupperstunde und Einstieg jederzeit möglich**

**Workshop:** 10 Einheiten je 60 Minuten

**Wann:** ab Mo. 7. Feb. / 17.50 Uhr **Wo:** TG Halle

**Folgetermine:** 14.02. / 14.+ 28.03. / 04.+11.04. / 20.+27.06. / 04.+25.07.

**Wie viel:** 100,00 Euro für den 10er Block - zahlbar an TG

**Für nähere Infos zum angebotenen Kurs können Sie den Dozenten auch persönlich kontaktieren**

**Kontakt:** Gerhard Klein, Praxis für Chinesische Medizin  
Neuer Weg 5, 60388 Frankfurt  
Tel. 06109-21319 - E-Mail: [praxis@chinmed-klein.de](mailto:praxis@chinmed-klein.de)

**Die aktuellen Abstandsregeln und Hygienevorschriften werden beachtet**