



SHORINJI BUDOKAN EINRICH E.V.

Zentrum für Shorinji Ryu, Kobudo & Tai Chi Chuan



TAI CHI CHUAN Anfängerkurs

ab Donnerstag, den 01. Oktober 2026, 18.00 - 19.00 Uhr

Tai Chi Chuan ist das grazile asiatische Bewegungstraining für Geist und Körper. Krankheitsvorbeugend sorgt es dafür, dass Sie beweglicher, ausgeglichener und konzentrierter werden. Ihre Atmung wird sich verbessern und ihre Muskeln werden sanft aufgebaut. Die innere Lebenskraft, genannt „Chi“, wird aktiviert und kultiviert. Der Kurs umfasst 10 Übungsstunden und kostet für Erwachsene 100,00 Euro.

Anmeldungen unter 0177-7 54 57 87 oder unter fischer@jackdennis.de

Shorinji Budokan Einrich e.V.

Untertalstr. 3-5, 56368 Katzenelnbogen

www.shorinji-budokan-einrich.de