

太
极
拳

TAI CHI Ferienaktion

für Daheimgebliebene



8er-Kurzform im Yangstil vom 30. Juli bis 04. August

Ausrichter : TSV Lindau / Abteilung Tai Chi und QiGong

Ort : Jahnturnhalle in 88131 Lindau, Rotkreuzplatz, auf der Insel – Eingang an der Hinterseite zum „kleinen See“. Anfahrtsskizze unter www.tsvlindau1850.de/anfahrt - Parkplatzempfehlung, vor der Insel P3 am Karl-Beverplatz ca. 300 m zur Jahnhalle.

Zeitplan : täglich von 09:00 bis 11:00 Uhr

Für Getränke und kleine Snacks auf Spendenbasis ist gesorgt.

Thema : Diese Ferienaktion richtet sich an „Daheimgebliebene“ aber auch an Gäste der Stadt Lindau und ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

Sie erlernen in dieser Zeit die 8er-Handform (auch Zimmer-Tai Chi genannt). Alle „Einzelbilder“ kommen in den längeren Formen auch vor. Deshalb eignet sich diese Kurzform sehr gut als Einstieg in die weite Welt des Tai Chi.

Am Mittwoch wird Dr. Peter Steiner, Lungenfacharzt, ein Kurzvortrag über Atmung halten. Bewußte tiefe Atmung ist ein wichtiger Bestandteil des Tai Chi.

Gebühr : Erwachsene 60,- EUR , Kinder, Jugendliche u. Vereinsmitglieder 30,00 €
Haftungsausschluss des Ausrichters !

Kontakt:



Eugen Schuhmann
Abteilungsleiter Tai Chi und QiGong
im TSV Lindau/B
euschenlindau@aol.com
www.tsvlindau1850.de/abt_tai-chi

Tel.: 08382/976663

