



- neuer Kurs --- Tai Chi Quan--- neuer Kurs -

Tai Chi Quan in Hasede

Im Kurs wird Tai Chi Quan im Yang-Stil gelehrt.

Yang-Stil, das sind langsame, fließend ineinander übergehende Bewegungen, die den Kampf gegen einen imaginären Gegner darstellen.

Mit Tai Chi Quan kannst du z.B. deine Koordination und Beweglichkeit verbessern, in der Gruppe trainieren und deine innere Kraft stärken.

Probier es aus und komm vorbei. Tai Chi Quan ist für jeden geeignet!

Schule dein Körperbewusstsein, deine Aufmerksamkeit und dein Gleichgewicht.

Die Kursleiterin Verena Blume praktiziert seit langem Tai Chi Quan und ist seit 2018 Tai Chi Quan-Lehrerin.



Für TuS-Mitglieder ist der Kurs kostenlos.

Nicht-TuS-Mitglieder zahlen 30,- Euro.

Der Kurs Findet in der Turnhalle in der Dechant-Bluel-Straße statt.

10 Termine, immer Dienstag 20:30 – 21:30 Uhr:

| | | | |
|--------------|---------------|--------------|--------------|
| 1.) 01.10.24 | 2.) 08.10.24 | 3.) 15.10.24 | 4.) 22.10.24 |
| 5.) 29.10.24 | 6.) 05.11.24 | 7.) 12.11.24 | 8.) 19.11.24 |
| 9.) 26.11.24 | 10.) 03.12.24 | | |

**Anmeldung für Nicht-TuS-Mitglieder mit Namen, Adresse und
Telefonnummer an Stefan Meyer:
s.meyer@tushasede.de**