

TaiChi im Freien



Frühlingsluft geniessen

Sonntag, 14. Mai 2023
9.00 bis 17.00 Uhr

TaiChi ist eine schon seit Jahrtausenden bekannte ganzheitliche Bewegungsform die auf eine einfache und effektive Art begeistert.

Die TaiChi-Übungen können Zuhause oder im Freien - wo auch immer Sie gerne möchten - gemacht werden.

Mit TaiChi regulieren Sie Ihren Kreislauf und den Blutkreislauf, 20 Minuten täglich reichen aus, um ihre Körperbeweglichkeit und Ihre Konzentration zu steigern und zu erhalten.

Kursleitung

Hanspeter Scherzinger, er begleitet Sie mit Freude und Spass durch den Tag.

Kurskosten

Fr. 180.- inkl. Mittagessen

Annulation

Bis 20 Tage vor Beginn keine Annullationskosten, danach Fr. 50.-, ab 10 Tagen vor Kursbeginn Fr. 100.-

Anmeldeschluss ist der 4. Mai 2023.

Die Teilnahme ist mit und ohne Vorkenntnissen möglich und für jedes Alter geeignet

Mitbringen: bequeme, weit geschnittene Kleidung



HAUS FÜR BILDUNG UND BEGEGNUNG

HERZBERG

CH-5025 Asp ob Aarau

062 878 16 46

www.herzberg.org

info@herzberg.org