

Kraft und Harmonie aus dem Schweigen schöpfen

Tai-Chi in der Natur

**Sonntag, 22. August 2021,
9.00 bis 7.00 Uhr**



Bereits mit einem 20-minütigen Zeitaufwand täglich regulieren Sie ihren Kreislauf und ihren Blutkreislauf. Sie unterstützen ihre Körperbeweglichkeit und steigern Ihre Konzentration.

Was Sie dazu brauchen? Freude und Spass daran haben, etwas für Ihr geistiges und körperliches Wohlbefinden und für Ihre Fitness zu tun.

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

Eine schon seit Jahrtausenden bekannte ganzheitliche Bewegungsform, wird sie auf eine einfache und effektive Art begeistern.

Wer Sie durch den Tag begleitet.

Kursleitung

Sie werden mit Freude und Spass vom TaiChi-Lehrer Hanspeter Scherzinger durch den Tag geführt.

Kurskosten

Fr. 180.- exkl. Übernachtung/Vollpension siehe Kosten auf der Anmeldung

Annulation

Bis 1 Monat vor Beginn keine Annullationskosten, danach

Fr. 180.-, ab 10 Tagen vor Kursbeginn wird das Kurshonorar fällig und 50 % der VP-Kosten.

Anmeldeschluss ist der 01. Juli 2019.

Mitbringen

Die Teilnahme ist mit und ohne

Vorkenntnissen möglich und für jedes Alter geeignet. Kleidung bequem, weit.



HAUS FÜR BILDUNG UND BEGEGNUNG

HERZBERG

CH-5025 Asp ob Aarau

062 878 16 46

www.herzberg.org

info@herzberg.org