

# TAI CHI *Leimental*

## Tai Chi ist Leben

Jede Bewegung und Handlung haben ihren Ursprung im Tai Chi.

Tai Chi Leimental ist Tai Chi. Die einfachen Übungen helfen gegen Stress, Nervosität und Burnout Anzeichen.

Komm in eine Schnupperstunde und lerne Tai Chi kennen.

Die langsamen, sanften Bewegungen mit meditativem Charakter eignen sich für jede Person und fördern unsere Energie, stärken die Konzentration und machen unseren Körper beweglicher und geschmeidig.

Kinder entwickeln ein besseres Körpergefühl, werden selbstbewusster und entdecken sich selbst durch das spielerische Tai Chi.

### Kurstermine:

Samstag	08.00 – 09.00 Uhr	Tai Chi Kinder
Samstag	09.30 – 10.30 Uhr	Tai Chi Fortgeschrittene
Samstag	11.00 – 12.00 Uhr	Tai Chi Anfänger

Kosten: 264.00 Fr. für 12 Lektionen

Anmeldung: +41 79 636 15 58  
leimental@taichi-itcca.ch