

Qi Gong „Die 8 Brokate“ & Formentraining

DAO MKK  VEREIN FÜR
BEWEGUNGSKÜNSTE
& GESUNDHEITSFÖRDERUNG

TaijiDao 13er

Teil 1 /Teil 2 bis "Der weiße Kranich
breitet seine Schwingen aus"



Donnerstags 20.00 Uhr bis 21.15 Uhr



ONLINE KURS

Ein Abend mit Qi Gong aus u.a. den BROKAT Übungen zum Aufwärmen, Aktivieren und Lösen des Körpers.

Im Formentraining TaijiDao 13er Form werden die Bewegungen im Einzelnen erlernt und die Form Teil 1 im Zusammenhang gelaufen. Die fließenden Bewegungen fördern die Beweglichkeit, die Gesundheit und klären den Geist. Gemeinsam in der Gruppe eine Form zu erlernen und sie im Fluss zu laufen, macht Freude!

6 Termine wöchentlich donnerstags

*Kein Kurs in den hess. Ferien. Für aktive Mitglieder von DAO-MKK ist dieser Kurs inklusiv.

Registrieren Sie sich Meeting ID 875 3628 8532 den Kenncode erhalten Sie von der Kursteilerin nach Voranmeldung. Beitrag: Nichtmitglieder 11€ / Einheit = 66€ Passive Mitglieder: 60€
...für Aktive Mitglieder - ist der Kurs inbegriffen

Termine: 19.5., 2.6., 23.6., 30.6., 14.7., 21.7.

Einstieg noch möglich! Anmelden bei Julia Ballin 015878 2852484 oder kurs@dao-mkk.de

Ich freue mich auf Dich!

DAO-MKK e.V. 1. Vorsitzende Renate Conrad, Im Börner 13, 63571 Gelnhausen, Tel. 0177-3616674;
2. Vorsitzende Silke Wilde 0163-8698695; Kassierer Dr. Norbert Staab 0171-3666886
Bankverbindung: Kreissparkasse Schlüchtern, BIC HELADEF1SLU, IBAN DE04 53051396 00000 50744