

# Tai Chi

Wir laden Euch zu einem T' ai Chi Chuan Wochenende ein. T' ai Chi Chuan ist eine alte Bewegungsübung mit harmonischen und fließenden Bewegungen, zur Entspannung, für die Vitalität, Balance, Gelenkigkeit und zur Selbstverteidigung. Sie wirkt positiv auf den Energiekreislauf und den inneren Frieden.

<b>T' ai Chi Kurs</b>	Donnerstag 24.04.25	19.00 - 21.30 Uhr
	Freitag 25.04.25	ca.14.00 - 18.00 Uhr
	Samstag 26.04.25	11.00 -ca.17.00 Uhr
	Sonntag 27.04.25	11.00 - 17.00 Uhr

**Lehrende** Wer aus der Ferne kommt ist noch offen,  
Maria Gandler, Franz Stumpf und Weitere

**Ort** Turnhalle, Jugendraum und Gemeindezentrum

**Kosten** 130€, Freitag Schnuppern f. Anfänger ist kostenfrei

**Anmeldung** Maria Gandler, tel.: **0681 / 81 101 734**  
mail: [maria.gandler@gmx.at](mailto:maria.gandler@gmx.at)



**TAI CHI FOUNDATION**

RELAX | REVITALIZE | RECENTER

[www.taichifoundation.org](http://www.taichifoundation.org)