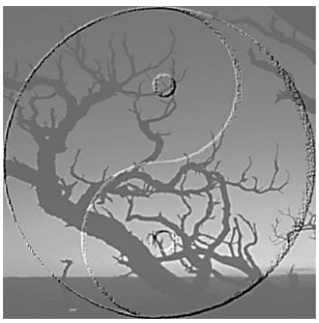
Tai Chi Chuan und Qi Qong Workshop



Am **27.04.24** findet ein Einführungskurs im Tai Chi Chuan und Qi Qong statt.

Wo?: im Shindokai Dojo Hannover,

Glocksee-Schule Döhren, Am Lindenhofe 14, 30519 Hannover

Wann?: Samstag 27.04.2024 von 10:00 – 13:00 Uhr mit genug Pausen

Unkosten: 25,- Euro

Tai-Chi-Chuan und Qi Qong im Shindokai Dojo

Tai-Chi-Chuan ist eine aus der chinesischen Tradition entstandene Bewegungskunst zur Erhaltung und Pflege der Gesundheit und ursprünglich eine Form der Selbstverteidigung.
Im Tai-Chi-Chuan wird die „Peking Form“ erarbeitet die aus 24 Bewegungsbildern besteht und dem Yang Stil zugeordnet wird.

Qi Qong dient zur Pflege der inneren Energie und zum Aufspüren von Blockaden im Körper, um sie dann zu lösen. Sowie die Lebensenergie zu stärken, um zu einer gesunden körperlichen und geistigen Verfassung zu gelangen.
stärken.

Der Lehrer: Olaf Lotze-Leoni übt seit über 35 Jahren Tai-Chi-Chudan und Qi Qong und unterrichtet seit über 30 Jahren Kampfkunst in In und Ausland

Wenn es Euer Interesse geweckt hat, gibt es weitere Info unter

Olaf Lotze-Leoni
Mobil: 0163-8790419
oder
Lotze-Leoni@shorinjiryu-shindokai.de

www.shorinjiryu-shindokai.de

Kursangebot: Montags 18.00 – 19.00 Uhr im Shindokai Dojo Glockseeschule

Gruss Olaf Lotze-Leoni