

17. Oktober 22 bis 27. März 23



Harmonie in 18 Bewegungen

8 Lektionen Taiji-Qigong Shibashi

- **Unterstützen Sie Ihre Abwehrkräfte**
- **Gönnen Sie sich einen Kurzurlaub von der Hektik des Alltags**
- **Fördern Sie Ihre Beweglichkeit**
- **Verbessern Sie Ihre Balance**

Die Harmonie der 18 Figuren sind langsame, harmonisch ineinanderfließende Bewegungen. Sie sind einfach zu erlernen, wirken ausgleichend und bringen ein hohes Mass an Erholung.

Kursort: Bewegungszentrum Rorschach
Kirchstrasse 11

Datum: Start Montag 17. Oktober 22
Ende Montag 27. März 23
Ausfall 5./26. Dez 22 2./23. Januar 23

Zeit 12.15 bis 13.10 Uhr

Kosten: 20 Lektionen CHF 440.00

Anmeldung: U. Müller / Tel. 079 344 37 39 / info@setum.ch
Weitere Infos: www.setum.ch

