



TAI CHI im Kurpark

Teilnahme
GRATIS

Starten Sie mit Tai Chi Gesundheitsübungen gestärkt und ausgeglichen in den Tag.

Tai Chi ist eine ganzheitliche Kampfkunst: sie vereint körperliche Bewegung, Entspannung, mentales Training, Selbstverteidigung und Meditation.

Wer Tai Chi praktiziert, bewegt den Körper, schult das Gleichgewicht und fördert die Konzentration.

Tai Chi im Kurpark

23. August bis 6. Oktober 2011

Jeden Dienstag, Donnerstag und Samstag

7.30 - 8.00 Uhr im Kurpark Bad Zurzach

Tai Chi findet bei jeder Witterung statt und ist in normaler Alltagsbekleidung möglich

Ihr Tai Chi Lehrer - Thomas Mennig

Informationen:

Bad Zurzach Tourismus AG
Quellenstrasse 1
CH-5330 Bad Zurzach

T +41 (0)56 269 00 60
welcome@badzurzach.info
www.badzurzach.info