

Kursangebot

Entspannt und schmerzfrei mit TaiChi

TaiChi ist eine alte Kampfkunst, die ihren Ursprung im China des siebzehnten Jahrhunderts hat. Sie dient der Lebenspflege, der Gesundheit und der ganzheitlichen Entwicklung von Körper und Geist. Das TaiChi-Prinzip beschreibt den Menschen zwischen Himmel und Erde und gibt ihm die Möglichkeit, zentriert und harmonisch im Leben zu stehen.

In diesem Online Seminar steht der entspannende und stressreduzierende Faktor im Mittelpunkt. Gleichzeitig arbeiten wir mit einfachen Übungssequenzen an der äußeren und inneren Haltung. Vereinfacht gesagt arbeiten wir am TaiChi Prinzip im Stehen, Gehen und Sitzen, um die eigene Lebenskraft zu harmonisieren.

Das Training eignet sich für Einsteiger und Personen mit TaiChi Erfahrung gleichermaßen.

Termin	Dienstags, 06.09.-08.11.2022 von 17.30 – 18.30
Kursleitung	Mirko Lorenz, TaiChi Lehrer
Kosten	125.- € (Präventionskurs)
Information	030-450 529 083 www.seminarzentrum-integrative-medizin.de



SEMINARZENTRUM
für PRÄVENTION und
INTEGRATIVE MEDIZIN e.V.

Die von uns empfohlenen Gesundheitstrainings richten sich an Menschen, die ihre Gesundheit verbessern möchten. Wir arbeiten dazu mit einem Netzwerk ausgewiesener Dozenten und Gesundheitstrainer, die diese Kurse durchführen.

Information und Anmeldung

Tel. 030-450 529 083

Veranstaltungsort

Online Webinar per Zoom

Nach dem Vorgespräch und der verbindlichen Anmeldung wird der Zoom Link verschickt, der dann für alle Treffen gilt.

Seminarzentrum für Prävention und Integrative Medizin e.V.
Luisenstraße 57
D-10117 Berlin
Tel. 030-450 529 083
Fax 030-450 529 934
info@seminarzentrum-integrative-medizin.de