

TAI CHI & QI GONG

Abend-Kurs in ILZ, vom 6. OKT bis 22. DEZ 2017

Ort: VOLKSSCHULE ILZ, 8262 Ilz 214

Zeiten: Freitag, 19.00 Uhr – 20.30 Uhr; 10 Kurtage;
Kursdaten: Kein Unterricht am 27. Oktober und am 3. November
Einstieg bis 17. November jederzeit möglich!

Lehrer: DI (FH) Harald Fritz, Leiter der Tai Chi und Qi Gong Schule Graz
Mobil: 0676 / 54 04 316, E-Mail: harald.fritz.taichi@gmail.com

Unterricht: Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich! Einfache, aber sehr wirkungsvolle Übungen werden nach inneren Prinzipien des Authentischen Yang-Stils erlernt. Chi (=Lebensenergie) wird dabei weder blockiert noch verschwendet. Nur dann fließt das Chi und wir fühlen uns erfrischt und werden wieder aufgeladen. Durch einfache Tests werden die Übungen auch leicht erlernbar und nachvollziehbar. Wir können uns wieder regenerieren, werden gelassener und kommen wieder zu inneren und äußeren Balance.

Kosten: EUR 175,- (15 h Unterricht); erm. f. Schüler u. Stud. b. 27 J. EUR 150,-
Anmeldung: telefonisch vor Kursbeginn unter 0676 / 54 04 316 (Herr Fritz) oder 0664 / 342 16 00 (Frau Dipl.-Päd. Michaela Egarter)



**Mit Leichtigkeit mehr
Energie**

Tai Chi & Qi Gong