Gemeinwesenverein
Heerstraße Nord e.V.



jeden
Donnerstag
8^{30}-9^{30} Uhr

Tai Chi

Tai Chi umfasst sanfte Übungen im Stehen, die helfen, körperliche und energetische Blockaden zu lösen. Die harmonische Verbindung aus ruhigen Bewegungen, Atemtechniken, Meditation und Vorstellungskraft stärkt das Wohlbefinden und unterstützt die innere Balance.

Der Kurs ist für Menschen jeden Alters geeignet – ganz ohne Vorkenntnisse.

Alle sind herzlich willkommen.

Im Winter und bei schlechtem Wetter findet der Kurs in den Räumen am Brunsbütteler Damm 269 statt.

Treffpunkt vor dem Staakentreff

Staakentreff Brunsbütteler Damm
Brunsbütteler Damm 269
13591 Berlin
staakentreff-bbd@gwv-heerstrasse.de
030 / 257 35 418

STAAKEN engagiert



gefördert von:

Kofinanziert von der Europäischen Union

BERLIN Senatsverwaltung für Stadtentwicklung, Bauen und Wohnen

BERLIN Bezirksamt Spandau

OE GPK

GESUND LEBEN IN SPANDAU

SPANDAU BEWEGT SICH!