



Gemeinwesenverein
Heerstraße Nord e.V.

jeden
Donnerstag
9 - 10 Uhr



Tai Chi im Freien

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.

Treffpunkt vor dem Staakentreff

Staakentreff Brunsbütteler Damm
Brunsbütteler Damm 267
13591 Berlin
staakentreff-bbd@gwv-heerstrasse.de
030 / 257 35 418



gefördert von:

