



Cvičení pro zdraví těla i mysli

Taoistické tai chi™

vnitřní umění pro zdraví

Zveme Vás na ukázkové hodiny nové skupiny
pro začátečníky **Rosice 2017**

Staré čínské cvičení vhodné pro každého, včetně seniorů
a zdravotně postižených.

Slouží ke kultivaci těla a mysli, ke zlepšení zdraví a
prodloužení života. Je výborným pomocníkem v boji se
stresem, únavou a pomáhá při léčbě mnoha nemocí,
zmírňuje napětí a uvolňuje tělo.

Ukázková hodina: ve středu 27. 9. 2017
od 18.00 hod.
v Sokolovně Rosice, Tyršova 316

Nestihli jste ukázkovou hodinu? Cvičení bude vždy ve
středu, na stejném místě ve stejný čas, přijďte a domluvte
se s instruktorem, jak postupovat.

Cvičení povede akreditovaný instruktor.
Vaše první navštívená hodina je ukázková a je tedy zdarma.
S sebou si přineste pohodlné oblečení a obuv.



info@taoist.cz www.taoist.cz