



Cvičení pro zdraví těla i mysli

Taoistické tai chiTM

vnitřní umění pro zdraví

Zveme Vás na ukázkové hodiny nových skupin pro začátečníky podzim 2018

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.

	Centrum sdružení Gorkého 45, Brno	Ostatní lokality
Pondělí	Od 24.9., 16:30 – 18:00	Od 24.9., 18:00 – 19:30 Bzenecká 23, Brno – Vinohrady
Úterý	Od 25.9., 10:00 – 11:30	25.9., 17:30 – 19:00 ZŠ Svážná 9, Brno – Nový Lískovec
Středa	Od 26.9., 16:00 – 17:30	
Čtvrtek	Od 27.9., 10:00 – 11:30 18:00 – 19:30	
Pátek	Od 5.10., 10:00 – 11:30	

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

Cvičení povede akreditovaný instruktor.

Každá Vaše první navštívená hodina je ukázková a tedy zdarma.

S sebou si přineste pohodlné oblečení a obuv.

info@taoist.cz

www.taoist.cz

