

SDRUŽENÍ TAOISTICKÉHO TAI CHI V ČR, z.s.



# TAOISTICKÉ TAI CHI™

## vnitřní umění pro zdraví

Zveme vás na ukázkové cvičení  
a zahájení nové skupiny

ve čtvrtek 12. března od 17:00 hodin

v tělocvičně ZŠ Koryčanské Paseky, Sevastopolská 467,  
Rožnov pod Radhoštěm

*Taoistické Tai Chi je relaxační cvičení, jemné a přitom velmi účinné. Snižuje psychické napětí, zlepšuje cirkulaci, posiluje rovnováhu, zvyšuje sílu a pružnost celého těla. Cvičení je vhodné pro všechny bez ohledu na věk nebo fyzickou kondici*



Cvičíme sestavu 108 pohybů.

Těšíme se na vás,  
každý je vítán.

bližší informace získáte:  
[www.taoist.cz](http://www.taoist.cz)

