



Cvičení pro zdraví těla i mysli

# Taoistické tai chi<sup>TM</sup>

## vnitřní umění pro zdraví

Zveme Vás na ukázkové hodiny nových skupin  
pro začátečníky podzim 2019

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 23.9., 16:30 – 18:00	
Úterý	Od 24.9., 10:00 – 11:30	Od 24.9., 17:30 – 19:00 ZŠ Svážná 9, Brno – Nový Lískovec
Středa	Od 25.9., 16:00 – 17:30	
Čtvrtek	Od 26.9., 10:00 – 11:30	
Pátek	Od 27.9., 10:00 – 11:30	Od 27.9., 18:00 – 20:00 Kulturní centrum Líšeň Kotlanova 2163/7

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](mailto:info@taoist.cz)

[www.taoist.cz](http://www.taoist.cz)

