



**Zveme Vás na nové cvičení pro
začátečníky od jara 2020**

Taoistické tai chiTM vnitřní umění pro zdraví

Staré čínské zdravotní cvičení

- vhodné pro každého, včetně seniorů a zdravotně postižených
- má příznivý vliv na zdraví
- podporuje, rozvíjí a zachovává pružnost a ohebnost celého těla
- výborný pomocník v boji se stresem a únavou
- pomáhá při léčbě mnoha nemocí
- zmírňuje napětí a pomáhá uvolnění těla

Ukázkové cvičení

**čtvrtek 5.3. 2020 18:00 - 19:30 8.ZŠ, Václavkova 1040, Mladá Boleslav
zadní vchod od atletického oválu tel.: 602 594 706**



Sdružení taoistického tai chi, z.s. , Haštalská 11/790 , 110 00 Praha 1
e-mail: taoist.mb@gmail.com web: www.taoist.cz