



## Neue Sonderkurse

### Daoyin Yang Shen Gong

Vertiefung und Korrektur dieser wunderbaren Übungen.

**Schwerpunkt:** Atmung und Fokussierung verschiedener Körperbereiche während der Ausführung. Dieser Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen gut geeignet.

**Sonntag 11.11.2018**

**Uhrzeit:** von 9:30 -12:30 Uhr

**Ort:** Schule Hohnhurst Hanauerlandstr.14

**Kursgebühr:** 55,-€

### Spazierstockform

Die Spazierstockform, ist eine selten Unterrichtete Tai Chi Form, die sich durch ihre einfachen Selbstverteidigungstechniken und ihrer Dynamik auszeichnet.

Dieser Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen gut geeignet.

Ein Spazierstock muss mitgebracht werden.

**Sonntag 18.11.2018**

**Uhrzeit:** von 09:30 -12:30 Uhr

**Ort:** Schule Hohnhurst Hanauerlandstr.14

**Kursgebühr:** 55,-€

Anmeldung und Info per E-mail oder unter 07854/1602