

Taiji - Einführungskurs



Taijiquan: eine sanfte Bewegungskunst zur Stärkung von Gesundheit und Selbstbewusstsein!

- ☺ Stress abbauen, vom Alltag abschalten
- ☺ Rücken stärken, Muskeln entspannen und die Wirbelsäule aufrichten
- ☺ Körperwahrnehmung erhöhen, Standfestigkeit entwickeln und die eigene Mitte finden

Taijiquan: eine Kampfkunst mit Herz und Verstand!

- ☺ Selbstbewusstsein stärken und die Schwächen des Angreifers ausnutzen

Lernen Sie, Ihr körperliches und geistiges Potenzial zu trainieren und voll auszuschöpfen. Ich unterrichte den traditionellen Chen – Stil nach Großmeister Chen Xiaowang, der die Wurzel aller Taiji - Stile ist.

Entwickeln Sie innere Stärke und Gesundheit!

Mittwochs, vom 14.01 bis zum 04.03.2026
19.00 – 20.30 Uhr Sporthalle Rodenbeck
Wilhelm-Tell-Str. 6 / Ecke Mitteldamm; 32429 Minden

Investition in Ihre Gesundheit: 125,00 €

Maximale Teilnehmerzahl: 15

Jens Howe

Fon: 0571 / 3884110

info@sportschule-ginkgo.de

