

# VHS-Kurs Taiji - Fortgeschrittene Stufe 5

Harmonisierung von Körper und Geist

Montag, 04. März 2024, 19:05 Uhr bis  
Montag, 24. Juni 2024, 20:05 Uhr

**vhs**  Schulturnhalle  
Kürnach



氣  
愛  
信  
謝  
勇

Wir wiederholen sanft und entspannt die Formen 1 bis 44 und lernen neu ab Sequenz 45. In den alltäglichen Anforderungen seine Mitte und seine Lebenskraft zu wahren, das bietet Taiji mit langsamen, weichen und fließenden Bewegungen.

Der Geist wird beruhigt, Vitalität, Lebensfreude, Koordinationsfähigkeit und Natürlichkeit stellen sich ein. Stress, Unruhe und Sorgen treten in den Hintergrund.

Dieser Kurs ist für Wiedereinsteiger und zum Auffrischen der Taiji-Chan Form geeignet.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken, ein Getränk und ein Sitzkissen oder Bänkchen mit.

**禪 Taiji - Weg**  
Kurse - Training - Beratung  
Karoline Krahn

Telefon: 0931 - 32066384  
eMail: [info@taiji-weg.de](mailto:info@taiji-weg.de)  
URL: [www.taiji-weg.de](http://www.taiji-weg.de)

**Kurspreis: 118,00 €**

**Kursleitung: Karoline Krahn**

**Anmeldung:**

[info@vhs-wuerzburg.de](mailto:info@vhs-wuerzburg.de)

[www.vhs-wuerzburg.info](http://www.vhs-wuerzburg.info)

**Kursnummer: 51460A-KÜ**