

**Tai Chi-, Qigong- und Meditations-Workshop  
am Samstag, dem 03.07.2021 von 14:00 bis  
16:30 Uhr auf dem Klosterplatz Sulzburg.  
Alternativ: bei schlechtem Wetter im  
evangelischen Gemeindehaus.**

Sie wollten schon immer einmal wissen, was genau Tai Chi Chuan, Qigong und Meditation ist und warum gerade diese Philosophien in der praktischen Anwendung so gut tun? Dann ist der oben genannte Workshop genau das Richtige für Sie. Der Workshop richtet sich an alle Jugendlichen und Erwachsenen, die Freude am Lernen und Erforschen haben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bequeme Bekleidung genügt. Und bringen Sie bitte für sich ein Getränk mit.

Geplant ist folgender Ablauf des Unterrichts: etwa 30% Theorie und Beantwortung von Fragen, 30% praktische Anwendung von Tai Chi Chuan und Qigong, 30% Meditation. Der Rest sind immer wieder kleine Erholungspausen. Am Schluss der Veranstaltung stehe ich noch zur Beantwortung von Fragen zur Verfügung, die sich im Laufe des Workshops ergeben haben. Treffpunkt und Veranstaltungsort ist der Klosterplatz Sulzburg. Eine Möglichkeit zum Umziehen usw. gibt es im evangelischen Gemeindehaus. Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen.

Den Workshop veranstalte ich diesmal ohne Berechnung. Aber wenn Sie zufrieden waren und etwas spenden möchten: Ihre Spende wird von mir zu 100% an die ev. Kirchengemeinde weiter gegeben.

Die Veranstaltung findet unter Beachtung der Corona-Vorschrift statt. Ich freue mich auf Sie!

Anmeldungen bitte an:

Heijo Werfl

Staufener TaiChi-Schule

Tel. 0170 5 29 11 10

