

Jade Palast Walenstadt und Guido Ernst präsentieren:

Kombination von Meditation in Bewegung und einem kulinarischen Erlebnis

**Etwas Totales, dazu bestimmt alle Sinne gleichermassen zu
erfreuen.**

**Sonntag, 25. März 2018
von 11 – ca. 14 Uhr**

**Guido Ernst, Liu Lian Jun und Zhang Hong Tao drei Meister in Ihrem
Fach werden Sie in Bewegung halten und verwöhnen nach Mass.**

**Guido Ernst, Tai Chi Lehrer wird Sie ins Chi Kung (Qi Gong)
einführen. Er lernt seit 1986 bei Meister Chu King-Hung und
unterrichtet seit vielen Jahren in Zürich und Speicher AR**



**Die Speisen werden zusammengestellt und zubereitet bei
Liu Lian Jun und Zhang Hong Tao.**

**Zwei hervorragende Köche aus der Shaanxi und Henan Province in
China.**

**Weil Liu und Zhang in den verschiedensten Hotels in China ihre
Künste unter Beweis stellten.**

Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Bequeme Alltagskleider reichen um Chi Kung (Qi Gong) zu üben.

Der Ablauf wird sehr spannend sein. Beginn ist um 11 Uhr mit dem:

Apéro
Treffen und kennen lernen
Chi Gong
Vorspeise
Chi Gong
Suppe
Chi Gong
Hauptspeise
Chi Gong
Dessert

Das Ende des Anlasses wird ca. um 14 Uhr sein.

Im Preis von 88.80 Franken pro Person sind Apéro, Lunch sowie Chinesischer Tee und Chi Gong Lektionen inbegriffen.

Ihre Gastgeber werden Wang Xiao Xiao, Rita Wilson und René Tobler sein.

Anmeldung via email: info@jadepalast.ch

Telefon: 081 735 12 91

Mehr Informationen: www.jadepalast.ch oder im Facebook unter Jadepalast

Wegen beschränktem Platz für Chi Kung können wir maximum 12 Gäste aufnehmen, welche wir dann besonders speziell verwöhnen möchten.