



**TAI CHI
CHUAN**



TAI CHI & QI GONG

Guido Ernst

Oberwilen 10

9042 Speicher

Tel. 076 581 42 90

g.ernst@itcca.ch

Geschätzte Tai Chi und Qi Gong Interessierte

Eure Rückmeldungen haben mich sehr gefreut, sodass wir nächsten Donnerstag starten können.

Zum Pärkli geht man etwa 200 Meter am Hotel Höhenblick und den Einfamilienhäusern vorbei und sieht es dann zur Linken mit Blick auf den Bodensee und in die Berge.

Wer mit dem Auto kommt, kann die gratis Parkplätze des Hotels benutzen. Gleich nach den roten Bänklis rund 50 Meter vor dem Hotel hat es 4 Plätze hintereinander und nach dem Hotel links nochmals ein paar. Das sollte reichen.

Der Stundenplan sieht folgendermassen aus und entspricht in etwa dem gewohnten:

15.30 Teil 2 für die Gruppe die normalerweise um 20 Uhr kommt.

16.30 Qi Gong

17.15 Qi Gong

18.00 Teil 3

19.00 Formvertiefung / Monika kommt um 18 Uhr. So können wir die fünf einhalten.

Die Zeiten gelten für Dienstag und Donnerstag.

In Teufen ändert sich nichts, da die Kurse am Morgen stattfinden und die Gruppen kleiner sind.

9.00 Qi Gong

9.45 Teil 1/2

Ich freue mich, Euch wieder zu sehen.

Mit gesunden Grüssen

Guido