

# Tai Chi in Zürich-Oerlikon

Gesundheit • Selbstverteidigung • Meditation



**Kursort** Ref. Kirchgemeindehaus, Baumackerstrasse 19, 8050 Zürich

Das Kirchgemeindehaus befindet sich vier Minuten zu Fuss vom Bahnhof Oerlikon entfernt. Parkplätze hat es direkt vor dem Gebäude und rund herum im Quartier. Bei schönem Wetter trainieren wir neben dem Gebäude auf der Wiese des Schulhauses Baumacker (siehe Foto).

**Samstag** 26. Aug. • 30. Sept. • 28. Okt. • 25. Nov. • 16. Dez. 2023

**Programm**  
13 Uhr Teil 1 mit Formkorrektur/vertiefung  
14 Uhr Teil 3 mit Formkorrektur/vertiefung  
15 Uhr Schwertkorrektur/vertiefung

Diese Kurse eignen sich auch für jene, die die Form mal gelernt und wieder einsteigen möchten. Der Unterricht richtet sich nach dem individuellen Niveau der Teilnehmer\*innen. Man kann Lücken im Ablauf der Form beheben, die äusseren Figuren korrigieren oder das Zusammenspiel der inneren Prinzipien vertiefen.

**Preis** CHF 125 für 5 Lektionen • CHF 30 für 1 Lektion

**Kursleitung**



Guido Ernst  
076 581 42 90  
g.ernst@itcca.ch

Wenn Sie Fragen haben, können Sie mich anrufen oder ein Email schreiben.

