

Tai Chi, Qi Gong + Schwert in Zürich-Seefeld

Gesundheit • Selbstverteidigung • Meditation



Kursort Kirchengemeindehaus Neumünster, Seefeldstrasse 91, 8008 Zürich

Bei schönem Wetter finden die Kurse im Freien hinter dem Haus statt (siehe Foto).

Das Kirchengemeindehaus befindet sich zwei Minuten zu Fuss von der Haltestelle Feldegg entfernt (Tram Nr. 2 + 4) oder ab Bahnhof Stadelhofen 9 Minuten zu Fuss auf der ruhigen Mühlebach- oder der lebhafteren Seefeldstrasse. Dem See entlang spaziert man etwa 20 Minuten.

Für Autofahrer gibt es das Parkhaus Feldegg, 100 m vom Kirchengemeindehaus entfernt.

Samstag 16. November • 14. Dezember • weiter ab 11. Januar 2025

Programm	12.15	Qi Gong. (Man kann jederzeit einsteigen und unregelmässig teilnehmen)	SD
	13 Uhr	Fightingform & Pushhands als Selbstverteidigung.	GE
	14 Uhr	Formkorrektur (Voraussetzung: Kenntnisse der Form)	GE
	15 Uhr	Formvertiefung (Voraussetzung: Kenntnisse der Yin-Yang Form)	GE
	16 Uhr	Schwert für Fortgeschrittene	GE

Preis CHF 30 für 1 Lektion Tai Chi • CHF 20 für Qi Gong

Kursleiter



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



Simon Duttwyler • SD
077 427 53 52
s.duttwyler@itcca.ch

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

