



GESUNDHEITSSPORT - und FITNESS **Neue Frühjahrskurse 2019**

QIGONG

und **TAI – CHI**

Neue Kraft und Energie zur Steigerung der Lebensqualität sowie innere Ruhe und Ausgeglichenheit vermittelt Qigong-/Tai-Chi Lehrer Ralf Jakob.

Neue Frühjahrskurse 2019:

- **Qigong (12 x dienstags)**

ab Di., 15.1.,

Kurs 1: 9.00 – 10.15 Uhr

Kurs 2: 10.25 – 11.40 Uhr

Kursausfall: 5.3. / Kursende: 9.4.2019

Sportzentrum Kronacher Str. 140, Fürth

- **Qigong und Tai Chi (12 x donnerstags)**

ab Do., 10.1.,

Kurs 1: **Qigong** für Anfänger und Fortgeschrittene

18.45 – 20.00 Uhr

Kurs 2: **Tai Chi für Fortgeschrittene**

20.10 – 21.25 Uhr

Wir lernen die Kurzform des Yang-Stils nach Cheng Man-ch'ing.

Kursausfall: 7.3./ Kursende: 4.4. 2019

Pfarrzentrum Christkönig, Gruppenraum UG

Friedrich-Ebert-Str. 5, Fürth (Nähe Klinikum)

Preis (für 12 Termine): Mitglieder € 48/ Nichtmitglieder € 96, Erhalt einer Teilnahmebestätigung für die gesetzliche Krankenkasse.

SpVgg Greuther Fürth e.V.

Kronacher Str. 154

90765 Fürth

01_19 Kursangebot Qigong-Tai Chi

Turnabteilung

Anmeldung unter Tel.: 0151-54 88 55 43

www.greuther-fuerth-turnen.de

www.facebook.com/greutherfuerthturnabteilung

SpVgg Greuther Fürth e.V. -Turnabteilung- IBAN: DE26 7625 0000 0009 3421 30