

In februari start een cursus

TAO CHI

Voor :

Ontspanning, Energie (Ki), verbetering van je algehele conditie, bewustwording van de balans tussen lichaam en geest, stimulering van concentratie en zelfvertrouwen en het versterkt je innerlijke kracht.

Enkele ingrediënten van de lessen:

Tai Chi

Energie sturende oefeningen

Verschillende meditaties

DoKi, het centrum voor persoonlijke & intuïtieve ontwikkeling start dit najaar met de cursus Tao Chi. Van origine een verdedigingskunst, omgetoverd tot een gezondheidsbevorderende bewegingsleer.

Tao Chi is niet aan leeftijd gebonden en is voor iedereen die gezond, ontspannen wil leven en open staat voor groei en ontwikkeling.

Tao Chi : 10 lessen, start woensdag 4 februari 2009 van 20.00 - 21.00 uur.

Waar : Cultureel centrum Orion, Wollenfoppenweg te Zevenhuizen.

Investing : Euro 88,- & tijd voor jezelf !

Nieuwsgierig? Bel ons even : 06 - 517 44 313 of surf naar www.dokicenter.nl

Op onze website vind je ook andere aanbiedingen van cursussen.