C3089 T'ai Chi / Meditation

Beginn	Samstag, 11.10.2025, 11:30 - 13:00 Uhr	
Kursgebühr	48,00 €	
Dauer	5 Termine	
Kursleitung	Barbara Singer	
Kursort	UF, vhs, V1.13, Kleiner Tanzsaal, Am Bahnhof 13, 85774 Unterföhring	

Die Kenntnis der gesamten Kurzform ist Voraussetzung für diesen Kurs. Weitere Elemente sind Aufwärmübungen, Energie-und Atemübungen und Sitzmeditation. Bitte leichte, flache Schuhe (keine Straßenschuhe) und bequeme Kleidung mitbringen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
11.10.2025	11:30 - 13:00 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Kleiner Tanzsaal, V1.13
15.11.2025	11:30 - 13:00 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Kleiner Tanzsaal, V1.13
06.12.2025	11:30 - 13:00 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Kleiner Tanzsaal, V1.13
10.01.2026	11:30 - 13:00 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Kleiner Tanzsaal, V1.13
07.02.2026	11:30 - 13:00 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Kleiner Tanzsaal, V1.13

zur Kursdetail-Seite