

## D3089 T'ai Chi / Meditation

Beginn	Samstag, 14.03.2026, 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
14.03.2026	11:30 - 13:00 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Kleiner Tanzsaal, V1.13
18.04.2026	11:30 - 13:00 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Kleiner Tanzsaal, V1.13
09.05.2026	11:30 - 13:00 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Kleiner Tanzsaal, V1.13
13.06.2026	11:30 - 13:00 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Kleiner Tanzsaal, V1.13
11.07.2026	11:30 - 13:00 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Kleiner Tanzsaal, V1.13

[zur Kursdetail-Seite](#)