Tai Chi + Qi Gong in Zürich-Seefeld

Meditation • Selbstverteidigung • Gesundheit



飛



Kursort Haus Seefeld, Bewegungsraum 1. Stock, Seefeldstrasse 91, 8008 Zürich

Das Haus Seefeld befindet sich zwei Minuten zu Fuss von der Haltestelle Feldegg entfernt (Tram Nr. 11 + 15) oder ab Bahnhof Stadelhofen 9 Minuten zu Fuss auf der ruhigen Mühlebach- oder 11 Minuten auf der lebhafteren Seefeldstrasse. Dem See entlang spaziert man etwa 20 Minuten. Für Autofahrer gibt es das Parkhaus Feldegg, 100 m vom Haus Seefeld entfernt.

Samstag 21. November (weitere Daten: 5./19. Dezember • Weiter ab 9. Januar 2027)

Programm	12.15 Uhr Qi Gong (Man kann jederzeit einsteigen und unregelmässig teilnehmen)	GE
	13 – 14 Uhr Formvertiefung in Teil 1	GE
	14 - 15 Uhr Formkorrektur in Teil 3	GE
	15 – 17 Uhr Tai Chi Teil 1 ab double han Pan (bis Nr. 9 auf der Übungshilfe)	GE
Preis	CHF 30 pro Tai Chi Stunde • 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.

TAI CHI
QI GONG

Ascona • Diano Marina • Speicher • Teufen • Zürich