



# Tai Chi-Kurse für Fortgeschrittene in Teufen

Der Unterricht richtet sich nach dem individuellen Niveau der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Man kann Lücken im Ablauf der Form beheben, die äusseren Figuren korrigieren oder das Zusammenspiel der inneren Prinzipien verbessern.

**Sonntag** 5. April • 3. Mai • 7. Juni • 5. Juli 2026 (weiter ab 6. September)

**Programm**  
10 Uhr Formkorrektur/vertiefung in Teil 1  
11 Formkorrektur/vertiefung in Teil 2  
12 Formkorrektur/vertiefung in Teil 3

**Preis** CHF 30 pro Lektion

**Leitung** Guido Ernst • 076 581 42 90 • [g.ernst@itcca.ch](mailto:g.ernst@itcca.ch)

**Kursort** Turnhalle, Landhausstrasse, 9053 Teufen



Die Turnhalle befindet sich vier Minuten zu Fuss vom Bahnhof Teufen entfernt.

Parkplätze hat es direkt neben der Turnhalle, dem hellen Gebäude (siehe Foto)

Bei schönem Wetter trainieren wir auf der Terrasse des Schulhauses, dem Gebäude, links mit der Holzfassade.

Bitte warme Kleider anziehen, wenn es kühl ist. Ich trainiere lieber an der frischen Luft, als in einem geschlossenen Raum. Wenn es richtig kalt ist oder lästiger Wind weht, gehen wir selbstverständlich in die Halle.

Im selben Quartier befinden sich die grosse Sportanlage, die Landi, das SGZ, Sport- und Gesundheitszentrum Appenzellerland und die Klinik Teufen.

