

# Tai Chi + Qi Gong in Zürich-Seefeld

Meditation • Selbstverteidigung • Gesundheit



**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** 4. Juli (weitere Daten: 11. Juli und nach den Ferien weiter ab 15. August)

**Programm**

12.15 Uhr	Qi Gong (Man kann jederzeit einsteigen und unregelmässig teilnehmen)	GE
13 – 14 Uhr	Formkorrektur von Teil 3	GE
14 - 15 Uhr	Yin-Yang Form ab Buddhahand	GE
15 – 17 Uhr	Formkorrektur von Teil 1 + 2	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.

