



Stadt Dortmund

MEDIENINFORMATION

Pressestelle der Stadt Dortmund
Frank Bußmann (verantwortlich)
Südwall 21–23, 44122 Dortmund
Telefon: +49 (0)231/50-2 21 34
Telefax: +49 (0)231/50-2 21 67
E-Mail: pressestelle@stadtdo.de
Web: dortmund.de/presse

11.5.2023

868. Neuer Taiji Kurs im Begegnungszentrum Huckarde

Nach langer Auszeit ist es endlich wieder möglich, einen Taiji Kurs am Mittwoch, 7. Juni, 11.45 bis 12.45 Uhr, im Begegnungszentrum Huckarde, Parsevalstraße 170, anzubieten.

Unter neuer Leitung von Heinrich Müller wird den interessierten Teilnehmenden diese asiatische Art von Gymnastik, Dehnungen und Atemtechniken näher gebracht. Beim Taiji werden die Prinzipien von Entspannung, Nachlassen und Anspannung eingeübt. Dieses Üben von Taiji entwickelt innere Kraft und Harmonie durch die Koordination und Entspannung von Geist und Körper. In den Grundlagen des Taiji erlernt, der Teilnehmende, wie auf einfache und direkte Weise eine gesunde Verbindung zu Körper und Geist geschaffen wird.

Dieser Kurs ist für Anfänger und Wiedereinsteiger geeignet. Bitte lockere und bequeme Sportbekleidung mitbringen.

Die Teilnahme kostet 30 Euro.

Nähere Info: Telefonisch von Dienstag – Freitag zwischen 9 bis 15 Uhr, 0231 – 394274 oder per E-Mail: umaefers@stadtso.de

Pressekontakt: Tanja Becker