RÜCKENFIT · H I I T · PILATES
JUMPING · FASZIENTRAINING

BODY *fit*

TSV Kappeln
seit 1876 e.V.
Turn- und Sportverein Kappeln

Qi Gong Workshop

Erlebe die Kraft der 5 Elemente im Qi Gong!
In diesem Workshop lernst du Körper, Geist und Seele durch fließende Bewegungen in Einklang zu bringen.
Tauche ein in die Energie von Erde, Wasser, Feuer, Holz und Metall und finde innere Balance und neue Vitalität.

Ideal für Anfänger und Fortgeschrittene.
Perfekt für alle, die Ruhe und Energie tanken möchten!

Samstag, 21. März von 15:30 bis 17:30 Uhr
und
Sonntag, 22. März von 14:00 bis 18:00 Uhr

Im Bewegungsraum „Vereinsheim TSV“
Mindestteilnehmerzahl: 10 Personen

Teilnehmerbeitrag 50 €
Nichtmitglieder des TSV Kappeln 60 €

Infos & Anmeldung: www.tsv-kappeln.de