



# ČCHI-KUNG

TAI-CHI ČCHI-KUNG



## 10 LEKCÍ KURZU PRO POKROČILÉ

Čchi-kung je cvičení, které vychází z tradiční čínské medicíny. Jeho cílem je rozprudit životní energii čchi v celém těle.

Rozvíjí sílu, zvyšuje pružnost, posiluje svaly, zlepšuje rovnováhu, zklidňuje mysl, uvolňuje nahromaděný stres i emoce.

Kurz pro pokročilé (tai-chi čchi-kung, elementy, jívnový pás...) začíná 13.9.2017. Obsahuje 10 lekcí po 90 min. Cvičí se vždy ve středu od 18:30 - 20:00 hod.

Cena kurzu: 1 200 Kč.

## KDY

13.9.2016  
18.30 - 20.00 hod.

## KDE

centrum Světlo Slunce,  
Kostelní 163, Č. Krumlov

## CENA

1 200 Kč za 10 lekcí  
(1 lekce = 90 min.)

## REZERVACE

+420 605 582 571,  
andrea.frei@email.cz