



TAOISTICKÉ TAI CHI™ vnitřní umění pro zdraví

Vás srdečně zve na

Víkend taoistického tai chi pro začátečníky

ve dnech 13. – 14. 4. 2019

Registrace: sobota od 9:30 h

Cvičení: sobota 10:00–12:00 h, 14:00–18:00 h

neděle 9:00–12:00 h

KDE:

Ostrava, Centrum Sdružení
taoistického tai chi v ČR

ulice Čs. legií 20,

poblíž tramvajové zastávky Elektra

**posilněte tělo
uvolněte mysl
obnovte zdraví**



Další informace najdete na www.taoist.cz a druhé straně této pozvánky.

Sdružení taoistického tai chi v ČR, z. s.

Haštalská 11/710, Praha 1, 110 00

Kontakt: tel. 777 173 961, e-mail: vop@taoist.cz

Přijďte na Víkend Taoistického tai chi pro začátečníky

Naučit se Taoistické tai chi za víkend? Možná to zní nereálně, ale vyplatí se to vyzkoušet. V průběhu víkendu se seznámíte se sestavou 108 pohybů Taoistického tai chi, příjemně se uvolníte a uděláte něco pro své zdraví. Po absolvování víkendu se můžete zúčastňovat na kterékoliv z našich skupin.

Kdy a kde?

13. - 14. dubna 2019

Sobota: registrace 9:30 h

Sobota: 10:00 – 12:00 h, 14:00 – 18:00 h

Neděle: 9:00 – 12:00 h

Centrum STTC, Čs. legií 20, Ostrava - Moravská Ostrava

Co si mám přinést?

Pohodlné oblečení a sportovní obuv (tenisky apod.)

Možnost přespaní v místě cvičení za 50 Kč – nutné přinést si vlastní karimatku a spacák, kuchyňka s rychlovarnou konvicí a mikrovlnnou troubou, WC a sprchy jsou k dispozici.

Kolik budu platit?

900,- Kč - platba proběhne v hotovosti při registraci na začátku víkendu.

V poplatku je zahrnutý víkend + 3měsíční členství ve Sdružení taoistického tai chi (tj. možnost pokračovat ve skupinách začátečníků v celé ČR).

Jak se přihlásit?

Zašlete nám prosím Vaše kontaktní údaje (jméno, příjmení, rok narození, adresa bydliště) na adresu vop@taoist.cz do dne **10.4. 2019**.

Kontakt a informace

V ceně není zahrnuto jídlo, zajištěny pouze nápoje (voda, čaj, káva) a drobné občerstvení. V blízkosti Centra je restaurace.

Další informace Vám poskytneme na e-mailové adrese vop@taoist.cz nebo na tel. č. 776 064 701 (Jaroslav Skřivánek).

Těšíme se na Vás 😊