



Katholische Kirche Region Bern
Pfarrei Bruder Klaus Bern



2024

Tai-Chi für interessierte Anfänger



- ✓ entspannen
- ✓ lachen
- ✓ Meditation in Bewegung
- ✓ gesunde Atmung
- ✓ die «Mitte» finden

Kursleitung:	Frau Ngoc-Thuy-Trang Nguyen	langjährige Kursleiterin beim Schweizerischen Roten Kreuz
Kursort:	Kirchenzentrum Bruder Klaus, Ostring 1a, 3006 Bern	
Daten:	Donnerstage 15.30- 16.15 Uhr 18.& 25. Januar 2024 / 01. & 15. Februar 2024 07.& 21. März 2024 / 11. & 25. April 2024 / 02. & 30. Mai 2024 / 06. 20. Juni 2024	
Preis:	Fr 5.- / Mal	
Mitbringen:	Bequeme Kleider, Socken oder leichte Gymnastikschuhe	
Anmeldung:	Frau Nguyen Ngoc Thuy Trang Tel.: 076 549 60 62 nnthuytrang@hotmail.com	

Wir freuen uns gemeinsam beweglicher und gesünder zu werden!