

## ● TWG: Neuer Tai Chi-Kurs

Der Turn- und Wassersportverein Göttingen von 1861 e.V (TWG) bietet vom 2. Februar bis 8. März für sechsmal zwei Stunden einen Tai Chi-Kurs an. Tai Chi ist die gebräuchliche Kurzform von „Tai Chi Chuan“ und basiert auf einem strukturierten Übungssystem, das grundsätzlich von jedem Menschen erlernt werden kann. Diese Übungen fördern die Entwicklung in allen Körperbereichen und wirken kräftigend für den ganzen Organismus. Ziel ist die Entwicklung eines natürlichen, entspannten, geschmeidigen und gesunden Körpers in Verbindung mit ausgeglichenem Fluss von Blut, Energie, balanciertem Nervensystem, geistiger Entwicklung und emotionaler Ausgeglichenheit. Der Kurs findet dienstags von 19 bis 21 Uhr in der Gymnastikhalle des Hainberg-Gymnasiums statt. Weitere Infos und Anmeldung bei Axel Großmann, Telefon 01 76 / 25 68 54 65.