

TAI CHI



TIGER

Kampfkunst & Meditation
für Kinder und Jugendliche



道中心柏林
DAOzentrum.berlin

Tai Chi ist eine Kampfkunst. Mit Tai Chi kannst du einen stärkeren Gegner bewegen. Du lernst einem Angriff fair und angemessen zu begegnen.

Tai Chi Training ist gesund. Es stärkt Koordination und Beweglichkeit aber auch Selbstvertrauen, Intuition und Kreativität. Du erfährst, was Meditation ist und wozu sie nützt.

Wir trainieren

- Fallen und Rollen
- Hebel, Tritte, Schläge und deren Abwehr
- Formen und spielerisches Kämpfen

Dabei geht es nicht darum jemanden zu verletzen, sondern Dich mit einem Angreifer so zu verbinden, dass sein Angriff ins Leere läuft.

Der Trainer ist Wolf Scheidt. Er ist ein erfahrener Kinder- und Jugendtrainer für Kampfkunst (Aikido und Tai Chi).

Das Training ist für Kinder und Jugendliche von 9-16 Jahren und findet immer montags von 16:30 bis 17:30 Uhr statt (außer in den Ferien).

Bitte melden Sie Ihr Kind für eine Probe-stunde an!

www.daozentrum.berlin



daozentrum@me.com | 0177 578 55 81
Falckensteinstrasse 48 in 10997 Berlin Kreuzberg
Leiter des DAOzentrums: Martin Neumann