



Katholische Kirche Region Bern  
Pfarrei Bruder Klaus Bern



## Januar und Februar 2023

**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 <b>15.30- 16.15 Uhr</b> 12. und 26. Januar 09. und 23. Februar	
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!*