



Katholische Kirche Region Bern
Pfarrei Bruder Klaus Bern



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 15.30- 16.15 Uhr 09. & 23. März 2023 / 04. & 25. Mai 2023 / 08. & 22. Juni 2023	
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!