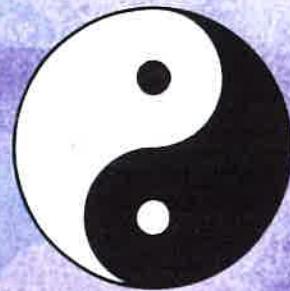


- Rádi byste si vyzkoušeli cvičení tai čí, ale neměli jste dosud příležitost?
- Bolí Vás záda nebo se cítíte bez energie?
- Domníváte se, že tento druh cvičení není pro starší?
- Chcete se dozvědět více o zdravotním cvičení tai čí?

právě pro Vás Je určena ukázka



# cvičení TAI ČI

s možností si tento pohyb přímo na sobě vyzkoušet!

KDY?

v sobotu **10. května od 15 do 17 hodin**

(v rámci zahájení lázeňské sezóny v Mariánských Lázních)

KDE?

u Heidlerova obelisku v Sadech Václava Skalníka

KDO?

cvičením Vás provede rehabilitační trenérka Gabriela Hrdinová se skupinkou taičistů z Velké Hled' sebe a okolí

CO LZE OČEKÁVAT?

ukázky cvičení tai čí: qi kung, sestavy stylu Yang, sestava s vějířem...

Přijďte se odreagovat a vyzkoušet si ozdravené účinky tai čí !