



TAIJI & QIGONG • CARL-MATTHIAS KOCH • HAMBURG



Taiji und Qigong im Hamburger Westen



Montag 09:30 Uhr **Fit ein Leben lang** Komet (Blanken.)

17:00 Uhr **Rückenfit** im BMTV (Blankenese)

Mittwoch 09:30 Uhr **Qigong** im Schmilinsky (Blankenese)

16:00 Uhr **Qigong** im Komet (Iserbrook)

17:00 Uhr **Taiji-Schwert** im Komet (Iserbrook)

19:00 Uhr **Qigong** in Maria Grün (Blankenese)

Donnerstag 09:15 Uhr **Qigong** im RSV (Rissen)

18:30 Uhr **Qigong** im BMTV (Blankenese)

19:30 Uhr **Koordination** im BMTV (Blankenese)

20:30 Uhr **Taiji Stock** im BMTV (Blankenese)

Sonntag 11:00 Uhr **Taiji** im Park oder Halle (Blankenese)

Telefon: 040 / 86 34 55
0176 / 488 377 22
www.Taiji-Blankenese.de