

Das NTB-Angebot im Turnkreis Schaumburg 2022:

TaiChi Chuan zur Körperwahrnehmung, Koordinationsschulung und Entspannung im Breitensport

03. September 2022 von 14:00 bis 17:30 Uhr

Referentin: Claudia Schlüter

(Lizenzierte Übungsleiterin und Trainerin im Gesundheits- und Kampfsport)

- Übungen aus TaiChi Chuan als Möglichkeiten zur Verbesserung der Körperwahrnehmung, zur Koordinationsschulung, für Lockerung,
- Dehnung und Entspannung
- Integrationsmöglichkeiten in den Übungsbetrieb Breitensport



Jeweils 4 Lerneinheiten werden für die Verlängerung der Übungsleiter-C-Lizenz Breitensport anerkannt.

**Wo: Aktiv Pro Gesundheit Rinteln e.V.,
Bäckerstr. 14 in Rinteln**

**Anmeldung: Claudia Schlüter
Tel.: 05751/ 963990**

E-Mail: Claudia.Schlueter@gmx.info

**Kosten: 5 Euro pro Teilnehmer
(vor Ort zu entrichten)**