



Taiji Peruskurssi

Lajiesittely ja ensimmäiset harjoitukset
torstaina 30.1. klo 18.00

Klassillisen lukion liikuntasalissa.



禅
心
道
場

Taijin - "kiinalaisen aamuvoimistelun" -peruskurssilla opetellaan Yang -tyylin 24-askeleen taiji-muoto. Sille on luonteenomaista rento, hidas ja jatkuva liike, jossa etsitään kehon mielen ja hengityksen harmoniaa.

Lisätietoja: 040 5228605 /Harri
([hatuomin\[at\]gmail.com](mailto:hatuomin[at]gmail.com))

www.zenshindojo.fi

