Verein für Gesundheit & Bewegung e.V.

und

Tai Chi Gruppe Bochum

Kursplan

Stand: 20.10.2017

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
				9.30 - 10.30 Reha-Sport Gymnastik 45 min Fitness aus dem Reich der Mitte 15 min		
				16.00 -17.00 Qigong für Anfänger		
	16.00 – 16.45 Reha-Sport Gymnastik 45 min			17.05 -18.05 Tai Chi für Anfänger und Fortgeschrittene		
	17.00 – 18.00 Qigong für Anfänger					
	18.15 – 19.15 Tai Chi für Anfänger und Fortgeschrittene					
	19.20 – 20.20 Tai Chi für Anfänger und Fortgeschrittene					