



MERIDIANS PA

Terminankündigung

Tai Chi Modern Style - Elbblick inklusive

Im Rahmen der Sommer-Fitness-Specials veranstaltet MeridianSpa im IndoChine einen kostenlosen Tai Chi Modern Style-Kurs, an dem neben Mitgliedern auch Gäste herzlich zur Teilnahme eingeladen sind.

Hamburg, 10. Juli 2007: Tai Chi Modern Style ist ein Mix aus Heilgymnastik und Kung Fu. Immer sonntags, noch bis zum bis zum 2. September, können sowohl Mitglieder als auch Gäste kostenfrei an dem einstündigen Kurs teilnehmen. Bei einem atemberaubenden Blick auf die Elbe am PianoBeach des IndoChine führen die Teilnehmer rhythmische Bewegungen zu einer speziell entwickelten Chill-out-Musik aus, welche sowohl das logisches Denken als auch das Körpergefühl fördert. Der Modern Style unterscheidet sich von den traditionellen Tai Chi Stilen, bei denen ausschließlich mit Vorstellungsbildern gearbeitet wird. Die Musik ist dabei perfekt auf die Figuren und einen optimalen Atemrhythmus abgestimmt und die Harmonie kommt wieder ins Gleichgewicht. Tai Chi vereinigt die Jahrtausende alte Tradition von Qi Gong, einer Heilgymnastik zur Stärkung der Lebensenergie, und der ebenfalls jahrtausende alten Kampfkunst Kung Fu. Alexander Kron praktiziert und lehrt Tai Chi seit Anfang der achtziger Jahre. Er erlernte es bei verschiedenen traditionellen chinesischen Meistern und gewann dabei sowohl Kenntnisse über die Geheimnisse des alten Tai Chi sowie tiefe Einblicke in die Traditionen und Denkweisen der alten Meister.

Termin:

**Sonntags • noch bis zum 2. September 2007 • 10.00 - 11.00 Uhr •
Treffpunkt IndoChine PianoBeach (Neumühlen 11, 22763 Hamburg).**

Weitere Informationen zu diesem Sommer-Fitness-Special und allen weiteren erhalten Sie auf www.meridianspa.de.

Für weitere Informationen steht Ihnen Maren Vinke zur Verfügung:
Fon 040/65 89-1032 • Fax 040/65 89-1099 • E-Mail maren.vinke@meridianspa.de
MeridianSpa GmbH • Pressestelle • Wandsbeker Zollstraße 87-89 • 22041 Hamburg