



## Qi Gong/Tai Chi

**07.05.2026, 12:00 – 14:00**

Einfach vorbeikommen

Die Übungen fördern Beweglichkeit, Gleichgewicht, Entspannung und innere Ruhe. Durch bewusste Atmung und sanfte Dehnungen lösen wir Verspannungen, stärken die Gelenke und verbessern das allgemeine Wohlbefinden. Jede\*r ist willkommen.

**Ort:** Neubaugürtel 6A

**Adresse:** Neubaugürtel 6A; Top 2 , 1070 Wien

**Tel:** 01 313 99 277071

**Veranstalter:** Klub Neubaugürtel 6A Rick Sue

**Wir freuen uns auf Sie!**