



## Qi Gong/Tai Chi

**19.05.2026, 09:30 – 10:30**

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

**Ort:** Turnsaal des Klub+ All in Neubau am Sophienpark

**Adresse:** Apollogasse 19, 1070 Wien

**Veranstalter:** Klub Neubaugürtel 6A Li

**Turnsaal des Klub+ All in Neubau am Sophienpark**

**Wir freuen uns auf Sie!**