



Weitere Infos und Anmeldung

Tai-Chi / Qi Gong - Atem des Lebens

Tai-Chi/Qi Gong fördert die Balance zwischen Yin und Yang, um laut der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) gesund, kraftvoll und ausgeglichen zu sein. Regelmässiges Üben trägt massgeblich dazu bei, Gesundheit, Kraft, Koordination und Gleichgewicht ganzheitlich – im Sinne von Körper, Geist und Seele – zu verbessern. Auf Wunsch können Teilzahlungen auf die Kurskosten beantragt werden.

Angebot: 262-5301-08

Termine: 20.08.2026 - 10.12.2026
15 x Do 11:45 - 12:45

Ausfalltage: 08.10.2026, 15.10.2026

Leitung: Seraina Tall

Ort: Yoga-Cham, Obermühlestrasse 8, 6330 Cham

Kosten: CHF 540.00



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.



Kursteilnehmende können dank der QualiCert-Zertifizierung bei ihrer Krankenkasse Beiträge zu den Kurskosten geltend machen. Dieses Gütesiegel steht für hohe Kompetenz und Seriosität und macht gesundheitsfördernde Aktivitäten noch attraktiver.