



TuS 08 Lintorf informiert

> TuS 08 <

Pressemitteilung vom 05.06.2019

Qi Gong im Lintorfer Drupnas-Park – Es geht wieder los!

Vertretungsberechtigter Vorstand:
Detlev Czoske, Alexander Kraus,
Christian Reker

Vereinsregister:
VR 20210 Amtsgericht Düsseldorf

Telefon: 02102 / 74005-0

Telefax: 02102 / 74005-99

Mail: mail@tus08lintorf.de

Internet: www.tus08lintorf.de

Inhaber: TuS 08 Lintorf e.V.

Bank: Sparkasse HRV

BIC: WELADED1VEL

IBAN: DE07 3345 0000 1040 7279 09

Der TuS 08 Lintorf bietet wie im Vorjahr erneut allen Interessenten, die Möglichkeit „Qi Gong“ den Körper und den Geist zu harmonisieren.

- **Jeweils Dienstagmorgen, von 08.00 Uhr bis 08.45 Uhr**
- **12 Wochen, beginnend ab dem 02. Juli 2019, Ende 17. September 2019**
- Kostenfreies Bewegungs- / Entspannungstraining
- Keine Anmeldung erforderlich
- Drupnas-Park in Lintorf
- nur bei trockenem Wetter

Nicht nur mit zunehmendem Alter lassen oft Beweglichkeit, Gleichgewicht und Konzentrationsfähigkeit nach. Die Übungen weisen einen Weg, um jung zu bleiben und das Altern zu verhindern. Schmerzen und Beschwerden können durch regelmäßiges Üben gelindert werden. Somit bleibt der Mensch geistig und körperlich fit. In dem auf alle Altersklassen ausgerichteten Angebot werden einfache Bewegungen und Übungen für das körperliche und geistige Wohlergehen erlernt, sowie Tipps für die Gesundheitsvorsorge vermittelt.

Qi Gong gibt dem Leben mehr Jahre und den Jahren mehr Leben.

Alle wichtigen Informationen erhalten Sie unter www.tusfit.de oder unter Tel. 02102 / 740050. Beate Christianhemmers und das Team des TuS 08 Lintorf freuen sich auf zahlreiche Interessierte.

Ihr Team des TuS 08 Lintorf