



TuS 08 Lintorf informiert

> Turnen <

Pressemitteilung vom 12. Januar 2023

Qi Gong beim TuS 08 Lintorf

Vertretungsberechtigter Vorstand:
Udo Middendorf, Alexander Kraus,
Sabrina Schmitz

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

Die „Qi Gong“ Stunden der Turnabteilung des TuS 08 Lintorf werden auf Mittwoch 8.00 Uhr in die Sporthallen B117 am Breitscheider Weg 117 verlegt.

Qi Gong harmonisiert Körper und Geist und kann von Menschen egal welchen Alters oder Geschlechts ausgeführt werden.

Es handelt sich um eine chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform, in der Menschen Körper und Seele entspannen können.

„Qi Gong“ kann sich positiv auf das Immunsystem, die Beweglichkeit, die Selbstwahrnehmung und die Stimmungslage auswirken und damit das Wohlbefinden und die Gesundheit unterstützen.

Ab Mittwoch, dem 18. Januar 2023, von 08:00 bis 8:45 Uhr, bietet der TuS 08 Lintorf in den Sporthallen B117 des TuS 08 Lintorf die Fortführung des Qi Gong Kurses mit der erfahrenen Übungsleiterin Beate Christianhemmers an.

Eine Voranmeldung ist nicht erforderlich. Neben Hallensportschuhen und lockerer, bequemer Kleidung ist kein weiteres Equipment notwendig.

Ihr Team des TuS 08 Lintorf