

Mitmach-Aktion! (Für Welt Tai Chi – Qi Gong Tag)

1. Wittenberger Tai Chi-Qi Gong Tag

Gesunde und entspannte Bewegungen für friedliches Miteinander
Motto: „Mitmach-Aktion ist Herzenssache!“

Schirmherrschaft

Der Oberbürgermeister Herr Torsten Zugehör

Datum: **Samstag, den 11. September 2021**

Ort: **Sportplatz** hinter der Rosa-Luxemburg-Schule
Lutherstraße 54, 06886 Wittenberg

Uhrzeit: **10.00 – 10.15 Uhr** Kampfkunst- Show (Wandlungen 50 Jahre Kampfkünste)
10.15 – 11.00 Uhr kostenfreie Mitmach-Aktion
Mit Ausstellungen aus 50 Jahren Kampfkunst!

Zielgruppe: **Tai Chi & Karate-Sportler, sonstige Sportbegeisterte & Gesundheitsbewusste, Familien, Kinder bis Senioren**
Keine Vorkenntnisse erforderlich!
Übungen werden auf Teilnehmer abgestimmt!

Veranstalter: **SV Grün-Weiß Wittenberg-Piesteritz e.V., Abteilung Karate - Tai Chi**
Leitung: Bärbel Färber, Abteilungsleiterin (50 Jahre Kampfkünste)

Lehrgang

für **Einsteiger und Wiedereinsteiger** Gebühr: 15,00 Euro

Ort: **(Sporthalle)Sportplatz „Am Schwanenteich“**
Lutherstraße 54, 06886 Wittenberg

13.45 – 15.00 Uhr **„Medizinisches Organ Qi Gong“** zur Stärkung des Herzens
Andreas Lahn Medizinischer Qi Gong Trainer aus Walsleben

15.00 - 16.00 Uhr **„Herz-Qi Gong“** positive Wirkung auf Herz-Kreis-Laufsystem und besondere Wirkung auf das Organ Niere.
Bärbel Färber Lehrerin für Tai Chi & Körperarbeit

Sonstiges: **Wetterfeste Kleidung! Voraussichtlich Selbstverpflegung!**

Anmeldungen und Informationen: H. Schmidt Tel.: 3491 667363

B. Färber Tel.: 0173 4396 221 bzw. E-Mail: baerbelfaerber@hotmail.com