Katholische Kirche Region Bern
Pfarrei Bruder Klaus Bern

2026

Tai-Chi für interessierte Anfänger



- ✓ entspannen
- ✓ lachen
- ✓ Meditation in Bewegung
- ✓ gesunde Atmung
- ✓ die «Mitte» finden

Kursleitung:	Frau Ngoc-Thuy-Trang Nguyen	langjährige Kursleiterin beim Schweizerischen Roten Kreuz
Kursort:	Kirchenzentrum Bruder Klaus, Ostring 1a, 3006 Bern	
Daten:	Donnerstag **15.30- 16.15 Uhr** 20. & 27. August 2026 / 10. & 24. September 2026 01. & 08. & 29. Oktober 2026 / 12. & 26. November 2026 **03. Dezember Beginn 15.00 Uhr** & **17. Dezember 15.30 – 17.00 Uhr**	
Preis:	Fr 5.- / Mal	
Mitbringen:	Bequeme Kleider, Socken oder leichte Gymnastikschuhe	
Anmeldung:	Frau Nguyen Ngoc Thuy Trang Tel.: 076 549 60 62 nnthuytrang@hotmail.com	