



TAYOME

Achtsame Bewegung in Friedenau

STUNDENPLAN WINTER 2011 / 2012

<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>
	9:00 - 10:15 TAIJIQUAN (TAI CHI) Pekingform	9:15 - 10:15 SAY-YOGA		
	10:45 - 11:45 GYMNASTIK 60 PLUS (für Frauen und Männer)			
18:30 - 19:45 TAIJIQUAN (TAI CHI) Pekingform	18:45 - 20:00 TAIJIQUAN (TAI CHI) Fächerform	18:30 - 19:45 TAIJIQUAN (TAI CHI) Lange Form (Vertiefung)	15:00 - 16:00 RÜCKEN- GYMNASTIK	15:15 - 16:30 TAIJIQUAN (TAI CHI) Lange Form (Teil 3)
20:00 - 21:00 TAIJIQUAN (TAI CHI) Taiji zu zweit	20:15 - 21:30 TAIJIQUAN (TAI CHI) Lange Form (Teil 1)	20:00 - 21:15 TAIJIQUAN (TAI CHI) Pekingform (Vertiefung)	17:45 - 19:15 TRI YOGA FLOW 19:45 - 21:45 GEWALTFREIE KOMMUNIKATION	16:45 - 18:00 TAIJIQUAN (TAI CHI) Pekingform

Stand: November 2011 (Änderungen vorbehalten)

www.tayome.de * info@tayome.de * 030.81 00 68 66