

OULUN  
**TAIJI**



## **TAIJI-ALKEISKURSSI | 12.1.2015 | JAKSOT 1-2**

**Maanantaisin | klo 18:15-19:30 | Myllytullin koulu**

**Torstaisin | klo 19:00-20:30 | Myllytullin koulu**

Alkeiskurssilla tutustutaan lajin perusteisiin ja periaatteisiin ja aloitetaan 24-liikkeen Yang-tyylin standardisoitu sarja. 50 euron lukukausimaksu oikeuttaa pääsyn kaikkiin seuran treeneihin.

## **UUSI QIGONG-KURSSI | 10.1.2015 | DA WU**

**Lauantaisin | klo 12:00 - 13:30 | Myllytullin koulu**

Kurssilla opetellaan *Da Wu* (Suuri Tanssi) terveys-Qigong-sarja sekä muistellaan jo opittuja Qigong-sarjoja. Kurssin hinta 40e.

## **AAMU-TAIJI | 9.1.2015 | Taiji & Qigong**

**Perjantaisin | klo 10:00 - 11:30 | Valve tanssisali 2**

Aamutreeneissä tehdään kevyitä perusharjoituksia, tutustutaan Taijiquaniin, Terveys-Qigongiin ja opetellaan Yang tyylin perusteita. Hinta 30e.

[www.ouluntaiji.fi](http://www.ouluntaiji.fi)