

# SPORT

**Kostenfreie Angebote!**  
vom 14. Juni bis  
15. September 2024

# IM PARK

## Kostenfreie Angebote im Quartier



## Qi-Gong und Tai Chi für Körper Geist und Seele

Im ersten Teil bereiten wir uns mit Übungen aus dem Qi Gong vor. Im Hauptteil der Stunde Tai Chi Übungen aus dem Yang-Stil der "Peking-Form" geübt und gelernt. Atem-, Dehn- und Entspannungsübungen ergänzen das Angebot.

Adresse: Kaiser-Friedrich-Hain, 47799 Krefeld  
Tag: Mittwoch  
Termine: 17.06.2024 bis 15.09.2024  
Uhrzeit: 16:30 – 17:30 Uhr

**AOK**   
AOK Rheinland/Hamburg  
Die Gesundheitskasse.

LANDESSPORTBUND  
NORDRHEIN-WESTFALEN



 **Hochschule Niederrhein**  
University of Applied Sciences

 **STADT KREFELD**  
INNOVATIV – KREATIV – WELTOFFEN

Jetzt über die APP anmelden!

[www.ssb-krefeld/sport-im-park](http://www.ssb-krefeld/sport-im-park)



STADTSportBUND  
// KREFELD