

## MARION MAAG

Lehrerin für WU-STIL Tai Chi Chuan und Vorstandsmitglied EWTC  
Tel. 0680/311 4006 – marion.maag77@gmail.com  
www.wu-taichi.org



Kurhan - Fotolia.com

#76737399

## ENTSPANNUNG & STILLE BEI KOPFSCHMERZ

Diesen Kurs habe ich speziell für die Bedürfnisse von Kopfschmerzbetroffenen konzipiert. Die TeilnehmerInnen lernen sich sanft ohne Anstrengung und Leistungsdruck zu bewegen. Sie lernen die Spannungen in den Schultern, Nacken und Kiefer nach und nach zu lösen. Still zu werden im Kopf und zur Ruhe zu kommen.

Durch TaiChi findet der ganze Organismus, der durch Stress sein Gleichgewicht verloren hat, wieder in einen ausgeglichenen Zustand zurück. Dies lindert nach einiger Zeit der Übung die Kopfschmerzen.

### KOSTENLOSES PROBETRAINING:

DONNERSTAG 11. JUNI 2015

DONNERSTAG 18. JUNI 2015

DONNERSTAG 25. JUNI 2015

VON 19:30 bis 21:00 UHR

ORT: Institut für nachhaltiges Wohlbefinden  
Schubertstrasse 12  
4020 Linz

Ich freue mich auf ihr Kommen.

Bitte um Anmeldung.