

Tai-Chi

Beitrag von „Rena“ vom 21. Januar 2005 06:30

Ich lerne das auch gerade. Demnächst beginnt der nächste Kurs, wo wir dann weitere Figuren üben. Man braucht wirklich sehr lange, um die gesamte Form zu lernen. Allerdings bin ich fest entschlossen es zu schaffen 😊 Tai-Chi ist tolle Entspannung für den Geist.