

**Der Anfang  
der Leichtigkeit**



**Das Ende  
der Anstrengung**

## **Hsin Tao® Bewegungsgruppe**

Für die Teilnehmer der Hsin Tao® Seminare bieten wir Bewegungs-Abende an, bei denen die Original Hsin Tao® Bewegungen Schritt für Schritt wiederholt werden. Es gibt die Gelegenheit Unsicherheiten und Fragen zu klären und Erfahrungen auszutauschen.

Gemeinsames Bewegen macht Spass und stärkt die Motivation, auch wenn Sie nach einer längeren Pause wieder einsteigen möchten, sind Sie herzlich willkommen.

### **Mit Dipl. Ing. Harry Bertl:**

**Termine:**

**jeweils um 19:00 Uhr**

Montag	30. Januar 2017
Montag	13. Februar 2017
Montag	20. März 2017
Montag	22. Mai 2017
Montag	26. Juni 2017
Montag	28. August 2017
Montag	11. September 2017
Montag	30. Oktober 2017

**Ort:**

Alters- und Pflegeheim Frenkenbündten  
Gitterlistrasse 10, CH-4410 Liestal

**Treffpunkt:**

Kulturraum im 6. Stock

**Anfahrtsplan:**

[Zum Situationsplan](#) Mit dem Auto über die Umfahrungstrasse, Ausfahrt Liestal-Süd.

Mit den Buslinien 70 und 71 ab Bahnhof Liestal bis zur Haltestelle Stadion (3 Minuten Fahrzeit).

**Anmeldung:**

**Da die Anzahl der Plätze beschränkt ist, melden Sie sich bitte über [info@hsintao.ch](mailto:info@hsintao.ch) an.**

**Mitnehmen:**

Matte, Sitzkissen Stühle vorhanden

**Unkostenbeitrag:**

CHF 15.-