

Tai Chi auf Norderney - Meditation in Bewegung

Datum: Fr. 07.11.2025 bis So. 09.11.2025

Mal den Kopf freikriegen und Energie auf allen Ebenen tanken? Dann ist dieses Angebot genau das Richtige für Sie! Wir wecken das Chi, die Lebensenergie, und tauchen damit in die 24er Pekingform ein. Diese ursprünglich für den Kampfsport entwickelte Choreographie dient der Gesundheitsprävention, um sich für den "inneren" und "äußeren Kampf" zu wappnen. Zeit für Spaziergänge und zur Erkundung der Insel ist eingeplant.

Unterkunft:

Unser Quartier "[Haus Detmold](#)" (einfache Ausstattung) liegt direkt am Nordstrand in der Lippestraße 12. Es verfügt über Zimmer mit Dusche und ist bequem mit der Buslinie 3 zu erreichen. Bei schlechtem Wetter findet der Unterricht in der Sporthalle statt. Im Haus gibt es eine Teeküche mit Kaffeemaschine, Wasserkocher und Kühlschrank.

Kosten: 227,50 €

Einzelzimmer-Zuschlag: 10,00 € pro Nacht

Die Anreise erfolgt in Eigenregie.

Eine Übernachtungspauschale inkl. Vollverpflegung ist in der Gebühr enthalten.

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt.

Bitte melden Sie sich bis zum 01.04.2025 bei der VHS Meppen an.

Anmeldung und Information:

Maria Sonnenburg - Tel. 05931 9373-45 / E-Mail: maria.sonnenburg@vhs-meppen.de

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, eine Decke, dicke Socken, Handtücher und eine Gymnastikmatte.

Kurs-Nr.	95-000 (Semester: 2/25)
Dozentin/Dozent	Marion Tina Hartung
	Freitag, 07.11.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Daten und Kosten	227,50 Euro Einzelzimmer-Zuschlag: 10,00 € pro Nacht exkl. Anreise
Veranstaltungsort	Haus Detmold, Norderney, Lippestraße 12 ,
Ansprechpartnerin/ Ansprechpartner	Maria Sonnenburg

Alle Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
07.11.2025	18:00 - 21:00 Uhr	Haus Detmold, Norderney, Lippestraße 12
08.11.2025	08:00 - 21:00 Uhr	Haus Detmold, Norderney, Lippestraße 12
09.11.2025	08:00 - 12:00 Uhr	Haus Detmold, Norderney, Lippestraße 12