



Qi Gong im Klus Park

Jeden Dienstagnachmittag findet von

14.15 – 15.15 Uhr

im **Klus Park Gymnastikraum** das «**Qi Gong**» statt.

Die Qi Gong-Lehrerin **Lorena Ramoscello** bietet dieses besondere Körpertraining an. Die Übungen können im Stehen oder im Sitzen gemacht werden, sie sind also auch für Menschen mit Bewegungseinschränkungen geeignet. Machen Sie gemeinsam mit unseren Bewohnerinnen und Bewohnern bei diesem Angebot mit.

Unkostenbeitrag pro Qi-Gong-Lektion: CHF 10.00

Stadt Zürich Altersheim Klus Park

Asylstrasse 130, 8032 Zürich

Telefon 044 388 22 22, Fax 044 388 22 55

ahz-kluspark@zuerich.ch, www.stadt-zuerich.ch/altersheime

Gesundheits- und Umweltdepartement