











Trainingsplan der Wushu Akademie Werner (Hanau)

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09:30						Zeit: 9:30 – 10:45 Uhr Kleingruppen, und Einzelstunden nach Absprache (auch Zeitabsprache möglich)
09:45						
10:00						
10:15						
10:30						
10:45						
11:00						
11:15						
11:30						
11:45						
12:00						
12:15						
12:30						
12:45						
13:00						
15:00						
15:15						
15:30						
15:45						
16:00						
16:15						
16:30						
16:45						
17:00						
17:15						
17:30						
17:45						
18:00						
18:15						
18:30						
18:45						
19:00						
19:15						
19:30						
19:45						
20:00						
20:15						
20:30						
20:45						
21:00						
21:15						
21:30						
21:45						

Gruppen		Achtsamkeits-Schulung, gegen Stress und den Alltäglichen Wahnsinn
		108 Niederwerfungen Qigong (ab 18 Jahren)
		Meditation
		Taichi, Qigong
		Achtsamkeits-Yoga & Meditation
		Kleingruppen, und Einzelstunden nach Absprache
		Wushu Kinder (ab 5 Jahren)
		Wushu Jugend
		Wushu Erwachsene
		Wushu / Taichi & Teamschulung (Auch für Schichtdienst)

Wushu Akademie Werner
 Heilpraktiker für Psychotherapie und
 Buddhistische Psychotherapie (Privatpraxis)
 Frankfurter Landstraße 40B
 63452 Hanau
 Telefon: 06181 / 81666
 Mobil: 0171 / 2220505
info@wutai.eu
<http://www.wutai.eu>

Stand 10.09.2019

Zeit: Nach Terminvereinbarung (Mo - Sa)
Therapieangebot
 Heilpraktiker für Psychotherapie und
 Buddhistische Psychotherapie (Privatpraxis)
 Kinder, Jugend, Erwachsene