

ANGEBOTE:

- **Mittagspausen-Event**
für Business-Tai Chi und Business-Qigong
in den Räumen des Taozentrums Frankfurt
oder in Ihrer Firma
- **Intensiv-Training**
Tagesseminare
Stressbewältigung mit Business-Qigong
„Den Tiger reiten“ mit Business-Tai Chi
- **Personaltraining**
Persönliches Coaching für Health-Style

Kooperation mit dem **Taozentrum Frankfurt**
Schule für Tai Chi Chuan, Qigong und Tao Yoga

TAO for BUSINESS



TAO for BUSINESS

TAI CHI
QIGONG



TRAINER: Stefan Frey

Lehrtätigkeit seit 1997
Vorstand im Taijiquan Qigong Netzwerk
Deutschland e. V.
Vize-Präsident der WACIMA (worldwide
association for chinese internal martial arts)
Gründer und Leiter des Taozentrums Frankfurt
Ausbildung in traditioneller chinesischer Medizin
Buchautor

TAO for BUSINESS

Hamburger Allee 94-96
60486 Frankfurt-Bockenheim
(Nähe S-Bahn Frankfurt-West)
Tel: 069-60504433
Fax: 069-60609947
office@tao-business.de
www.tao-business.de

Tao Zentrum
Frankfurt am Main

TAO for BUSINESS

Tao bedeutet Sein.

Das Tao entstand vor vielen tausend Jahren aus der Beobachtung der Natur und der Natürlichkeit des Seins.

Tao for Business macht Ihnen diese Weisheiten des alten Chinas zugänglich – für die moderne Welt, für die Welt des Business, der Hochgeschwindigkeit.

Es ist eine ruhige, kraftvolle Antwort auf die Herausforderungen der heutigen Zeit.



BUSINESS – TAI CHI

Immer nur Höchstleistung, im Büro, im Sport, überall?

Was halten Sie von Leistung mit Tiefe? Tiefe Entspannung, tiefe Kraft, Kraft aus dem Inneren.

Das ist Business-Tai Chi.

Sie finden eine ruhige Haltung, die Sie entspannt und die aufrecht ist.

Sie bewegen sich in Wellen, vor und zurück, nach oben und nach unten. Diese Art der Bewegung aktiviert eine tiefe Intelligenz: Sie erfahren Ihre eigene Schwingung, Ihren eigenen Rhythmus.

Und dann wissen Sie: Wann bringe ich gute Leistung, wann brauche ich eine Pause.

Yin und Yang nennen das die Chinesen.

Business-Tai Chi ist eine moderne Choreografie: Die Bewegungen basieren auf altem Wissen und sind speziell für die Bedürfnisse der heutigen Zeit konzipiert.

BUSINESS – QIGONG

Im Westen nennen wir es den Alpha-Zustand. Ihr Gehirn schwingt ruhiger, Endorphine werden freigesetzt. Lernen, Wahrnehmen und Regenerieren passieren von selbst.

Mit Hilfe des Business-Qigong gleiten Sie in diesen Zustand. Entspannt und in klarer Wachheit.

Ihre Bewegungen fließen leicht und natürlich. Ihr Geist ist ruhig und doch aktiv. Sie sind zentriert.

Das holt Sie aus dem Alltag. Das regeneriert Sie. Das ist Stressmanagement pur.

Alle Übungen lassen sich auch in Business-Kleidung ausführen.

