

Von 12 – 12.15 Uhr in  
der Flughafenkapelle  
Terminal 1 | Abflug B  
Aufgang zur Kapelle



2019



Atempause

Zur Ruhe kommen – Kraft tanken



Tai Chi-Trainerin Anja Schneider

Kirche am Flughafen Frankfurt  
Evangelische Seelsorge



# Wie wär's mit einer Energiedusche?

2019

Kerzen brennen auf dem Altar, es erklingt leise Musik. Mit entspannenden Worten und Gesten beginnt Tai Chi-Trainerin Anja Schneider ihre Meditation für Körper und Seele.



„Wenn man sich auf den eigenen Atem einlässt, sich mit unterstützenden Bewegungsübungen nur darauf konzentriert und so seinen Körper bewusst wahrnimmt, kann man zur Ruhe kommen und neue Kraft tanken“, da ist sich Anja Schneider sicher. Seit 15 Jahren ist sie Mitglied des Tai Chi Forums Deutschland und rund um Frankfurt als Kursleiterin unterwegs.

**Versuchen Sie es doch einfach mal.  
Von 12 – 12.15 Uhr in der Flughafen-  
kapelle im Terminal 1.**

*Atempause*

## Die Termine

<u>20. März</u>	<u>21. Aug.</u>
<u>17. April</u>	<u>18. Sept.</u>
<u>19. Juni</u>	<u>16. Okt.</u>
<u>17. Juli</u>	<u>20. Nov.</u>

Kirche am Flughafen Frankfurt  
Evangelische Seelsorge

