

## Latino-Gym

Gsünder Basel präsentiert in dieser Sportnacht eine besondere Auswahl aus dem vielseitigen Bewegungsangebot. Beim Latino-Gym bewegt ihr euch zu heissen Rhythmen, lernt Schrittkombinationen aus lateinamerikanischen Tänzen kennen und übt, euch locker und geschmeidig zu bewegen. Ein Muss für alle Latino-Fans und solche, die es noch werden wollen.

Workshops: 19.00 bis 19.45 Uhr und 21.00 bis 21.45 Uhr

Dauer: Jeweils 45 Minuten

Lokalität: Auf dem Münsterplatz, Basel



## Tai Chi

Gsünder Basel lädt dich ein, zwischen den Bäumen auf der Pfalz neben dem Basler Münster, Tai Chi zu üben. In malerischer Umgebung kannst du die Faszination dieser sanften asiatischen Bewegungsform kennen lernen, angeleitet von einer erfahrenen Meisterin ihres Faches.



copyright "roche"

Workshops: 18.00 bis 18.45 Uhr und 20.00 bis 20.45 Uhr

Dauer: Jeweils 45 Minuten

Lokalität: Auf dem Münsterplatz, Basel

Anbieter:

Gsünder Basel

Ernährung, Bewegung, Entspannung - alles aus einer Hand

Güterstrasse 141, 4053 Basel

Tel. 061 263 03 36, [info@gsuenderbasel.ch](mailto:info@gsuenderbasel.ch) [www.gsuenderbasel.ch](http://www.gsuenderbasel.ch)