

# Mit uns fit + gesund + entspannt = stressfrei ins Jahr 2025 starten



**Seminarangebot**



in  
**Lörrach**

ALBERT Advance  
48 Jahre Training vom Profi 48 Jahre

**Tai Chi Chuan + Qi Gong  
fit und entspannt  
TNT Selbstverteidigung  
Shaolin Kung Fu**

Peter ALBERT - Großmeister 8.Dan  
Dipl.-Lehrer für Tai Chi Chuan + Qi Gong  
Personaltrainer für Gesundheit  
+ Fitness + Stress- und Zeitmanagement  
D-79540 Lörrach-Stetten, Schulstr. 52  
Tel. 0049 (0) 7621 / 14712  
Inh. Roswitha Albert  
E-Mail: [infozentrale@albert-advance.de](mailto:infozentrale@albert-advance.de)  
[www.albert-advance.de/atc/](http://www.albert-advance.de/atc/)

Termine + Orte + Kosten auf Anfrage

In angenehmer und niveauvoller Atmosphäre,  
erfahren Sie Neues über Entspannung,  
Atmung, Konzentration und Körperbewegung.

**Gönnen Sie sich etwas besonderes!**

ALBERT Advance Training  
**Schnupperstunden - Fragen Sie uns!**  
**in Lörrach Tai Chi + Qi Gong**  
**Nur auf Nachfrage!**  
**Erfahren Sie neues in unseren Kursen  
über Atmung mit Bewegung!**

Die Kurse finden nur statt,  
wenn genügend Teilnehmer mitmachen!

**Neue Kurse (8 x 1 Std.)  
Termine ab Jan. 2025 + Orte  
Qi Gong ( Mo, Mi, Do)  
Tai Chi Chuan (Mi)**

> **Für Ihre Gesundheit + Lebensenergie!** <  
**Kursorte + Zeiten:**

Gemeindehaus St.Fridolin Lö-Stetten

**13.Jan.Mo 09:00 Qi Gong**

(Mo 10:15 Tai Chi)?

**15.Jan. Mi 18:00 + 19:15 Tai Chi**

Mi 20:15 Qi Gong

M-J-Metzger-Haus Lö-Salzert

**16.Jan. 18:45 Qi Gong**

**1Stunde Stressfrei sein!**

⇒ **Dauerangebot** Einstieg jederzeit ⇐  
möglich

Kung Fu ab 12 J.

**Shaolin Kung Fu**

**TNT Selbstverteidigung**

Mo 19:00 – 20:30 Uhr Jug.+ Erw.

M-J-Metzger-Haus Lö-Salzert

Weitere Termine auf Anfrage Tel. 07621/ 14712

**Nächste Kurse beginnen**

**April 2025**