



## **Senioren sind gar nicht so!**

*Mobile Rentner in Othmarschen*

Für rüstige Senioren gibt es in Hamburg Othmarschen eine neue Anlaufadresse, wenn es darum geht etwas für sich zu tun.

Die Wu Wei Schule für Tai Chi und Qigong ist mit einem speziellen Angebot der chinesischen Bewegungskünste bereits seit vielen Jahren in verschiedenen Senioreneinrichtungen aktiv.

"Die Idee auch in unseren Räumen ein Angebot für Senioren zu schaffen kam durch die Besuche von Seniorengruppen in unserer Schule." Erläutert der Schulinhaber Jan Leminsky das neue Angebot. "Es zeigte sich, dass die älteren Herrschaften so gut mental und körperlich unterwegs sind, dass es Sinn macht mit einer eigenen Gruppe in unseren schönen Räumen zu starten."

Da Senioren einen vollen Zeitplan haben, der mit jedem Topmanager mithalten kann, wurde das Training auf 09:00 Uhr am Donnerstag gelegt.

"Mit unserem Lehrerteam unterrichten wir in zwei Gruppen. Wer noch stehen kann und möchte, trainiert in der einen Gruppe; wer sitzen möchte in der anderen Gruppe in einem extra-Raum. Tee- oder Kaffee und Klönschnack ist dann aber gemeinsam." Erklärt Divyam de Martin-Sommerfeldt das Angebot.

Der Trainer und Entwickler des "Chinesisch-fit-im-Alter" Konzeptes der Wu Wei freut sich auf das neue Angebot.

Bereits im August startet die mit zwei Trainern besetzte Gruppe. Wie in der Wu Wei üblich, ist die Probestunde kostenfrei, es wird aber auf eine Anmeldung zur Probe-stunde Wert gelegt.

Unter der Telefonnummer 040-855 00 158 ist das freundliche Service-Team des Othmarscher Spezialdienstleisters zu erreichen. Und natürlich kann sich auch über das Internet informiert und angemeldet werden. Die Website lautet <http://www.wuweiweb.de>

## **Pressekontakt**

Wu Wei Schule für Tai Chi und Qi Gong

Herr Jan Leminsky  
Reventlowstr. 35  
22605 Hamburg

wuweiweb.eu  
j.leminsky@wuweiweb.org

## **Firmenkontakt**

Wu Wei Schule für Tai Chi und Qi Gong

Herr Jan Leminsky  
Reventlowstr. 35  
22605 Hamburg

wuweiweb.eu  
j.leminsky@wuweiweb.org

Die Wu Wei Schule in Hamburg bietet regelmäßigen Unterricht in Tai Chi und Qi Gong. Die eigenen Schulräume mit Garten sind vornehm gehalten. Ausbildung und Seminare runden das Programm ab.

Im Businessbereich werden individuelle Lösungen im Streßmanagement angeboten. Im Ausbildungs-programm der Wu Wei werden Kursleiter in Tai Chi Chuan und Qi Gong ausgebildet, die im Unterricht den Lehrern assistieren und dadurch für die Schüler eine sehr individuelle Betreuung ermöglichen.

Anlage: Bild

