



**Misch**

2 38 / 8 16 16

**Hochschule  
Chemie**

Glastechnik - Bauelemente  
Manfred Meier  
Duschcabinen - Spiegel - Türen

5



**HEIM**

**raunsfeld**

heim.de

**Günter Leitner**

(erforderlich)

**. 54 22 50**

DEN

US KÖLN.

**KOSTENLOS!**

Anmeldung.

**58 45 988**

5 • 50827 Köln

ändern, hofft Fuchs. Auftritte haben die „Cologne Eagles“ schon jetzt regelmäßig, denn sie

tenlinie und feuern die Footballer an. Mitmachen kann bei den „Cologne Eagles“ jeder im

Anmeldung für ein Sichtungstraining sowie das „Tryout“ am 10. September.

## Mit Tai-Chi zu neuen Ufern

**Burkhard Eiden unterrichtet beim SVW**

**Weiden (red).** Ab sofort heißt es beim SV Weiden 14/75 e.V. „mit Tai-Chi zu neuen Ufern“. Am 24. September beginnt um 10 Uhr im Gymnastiksaal des Bildungszentrums Weiden ein Tai-Chi-Kurs beim SVW. Kursleiter Burkhard Eiden bringt dabei einen Erfahrungsschatz von mehr als 20 Jahren als Tai-Chi-Lehrer mit in den Club. Was die Teilnehmer in dem Kurs erwartet, fasst Burkhard Eiden wie folgt zusammen: „In diesem Tai-Chi-Kurs lernt man Elemente von Tai-Chi Chuan sowie Übungen aus dem Tai-Chi-Qigong. Ziel ist es, die Gesundheit zu un-

terstützen. Damit wird die Lebenskraft und das Wohlbefinden gesteigert. Täglich angewandtes Tai-Chi erhöht die eigene Kraft, schenkt einen geschmeidigen Körper und einen wachen Geist. Es macht Schluss mit Stress, erhöht die Lebensenergie, und schon bald fühlt man sich noch wohler.“

Die Wirkung des Tai-Chi als Meditation beruht in erster Linie darauf, dass der Mensch durch die konzentrierte Ausübung der vorgegebenen Bewegungen die äußerlichen und innerlichen Störfaktoren ausschaltet. Durch das regelmäßige Training wird



■ Burkhard Eiden verfügt über mehr als 20 Jahre Erfahrung als Tai-Chi-Lehrer. Foto: SVW

letztlich die geistige und körperliche Harmonie gefördert.

Wer Interesse an Tai-Chi und dem neuen Kurs beim SV Weiden hat, kann sich per Mail an [info@svweiden.de](mailto:info@svweiden.de) oder per Telefon unter 02234/ 497670 informieren und anmelden.

### Trendsport

**Lövenich.** „Skiken“ nennt sich eine neue Ausdauersportart, bei der man sich auf

### Mexiko

**Widdersdorf.** Cancun an der Ostküste der Halbinsel Yucatán war der Ausgangspunkt

### Flohmarkt

**Widdersdorf.** Seinen Flohmarkt veranstaltet das Kinder- und Jugendhaus Alte Schule