

Έναρξη μαθημάτων Πέμπτη 1 Οκτωβρίου

Μηνιαία Συνδρομή: Πληρωμή κάθε αρχή του μήνα στο πρώτο σας μάθημα. **Συνδρομές χωρίς ΦΠΑ 24% : 1 ώρα την εβδομάδα: 35€**

2 ώρες την εβδομάδα: 45€

2μιση - 3 ώρες την εβδομάδα 50€

Άνω των 3 ωρών: 60€

Πληρωμή ανά μάθημα έως μιάμιση ώρα 15€. 2 ώρες 20€

(δεν ισχύει για αρχάριους)

Σε όλες τις συνδρομές προστίθεται ΦΠΑ + 24% με στρογγυλοποίηση του ποσού.

- Η **συνδρομή** προπληρώνεται στο πρώτο σας μάθημα στην αρχή του κάθε μήνα.
- Το ποσό της συνδρομής **παραμένει το ίδιο** κάθε μήνα ανεξαρτήτως των αργιών και δεν αλλάζει σε περίπτωση απουσιών. Η κάθε διδακτική ώρα διαρκεί 50 – 55λ.
- **Ντύσιμο:** Φόρμα γυμναστικής ή άνετα φαρδιά ρούχα (κυρίως παντελόνι, για τις γυναίκες). Παπούτσια όσο το δυνατόν πιο μαλακά και με ίσιο πάτο. Λόγω του πατώματος παρακαλούμε να έχετε καθαρά παπούτσια.
- Παρακαλούμε να **έρχεστε στην ώρα σας και να κλείνετε τα κινητά** σας τηλέφωνα κατά την διάρκεια του μαθήματος. Αν στην σχολή εξελίσσεται άλλο μάθημα παρακαλούμε να περιμένετε έξω από την αίθουσα.
- **Δεν επιτρέπονται θεατές** παρά μόνο κατόπιν συνεννόησης.
- Το πρόγραμμα μπορεί να αλλάξει ανάλογα με τον αριθμό των μαθητών, γι αυτό να **είστε σε επικοινωνία** (μέσω της ιστοσελίδας μας ή προσωπικά) ειδικά εάν απουσιάζετε συχνά ή για μεγάλα διαστήματα.

Κύρια εκπαιδεύτρια είναι η Λύδια

Τυλλιανάκη, Master Instructor της Alex Dong International Tai Chi Association

** Τα μαθήματα σημειωμένα με αστερίσκο διδάσκονται από έμπειρους πιστοποιημένους εκπαιδευτές μας.*



τηλ.: 6941605288



[TaiChiChuanNSmyrni](#)



[Taichigr](#)



[@energychi](#)



Νικολάου Πλαστήρα 62, Νέα Σμύρνη, 17121 www.taichi.gr

Ται Τσι Τσουάν Ν. Σμύρνης - 32 χρόνια μαζί!

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2026-ΙΟΥΝΙΟΣ 2027

ΑΡΧΑΡΙΑ ΤΜΗΜΑΤΑ ΤΑΙ CHI CHUAN & CHI GONG

ΠΡΩΙΝΑ:

Δευτέρα & Τετάρτη *

9:00 - 10:00 **Tai chi slow set**

Πέμπτη (Λύδια)

10:00 - 11:00 **Chi gong**

ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΑ:

Δευτέρα * & Πέμπτη *

19:00 - 20:00 **Tai chi slow set**

Τρίτη (Λύδια) & Παρασκευή *

18:30 - 19:30 **Tai chi slow set**

Τετάρτη (Λύδια)

18:00 - 19:00 **Chi gong**

ΥΠΟΛΟΙΠΑ ΤΜΗΜΑΤΑ ΤΑΙ CHI CHUAN (από β' έτος και άνω) & CHI GONG

ΠΡΩΙΝΑ:

Δευτέρα *

10:00 - 11:00 **Tai chi slow set β' έτος**

Τρίτη *

10:00-11:00 **Tai Chi slow set** από γ' έτος

11:00 - 11:30 **Fa jin set**

Πέμπτη (Λύδια)

10:00 - 11:00 **Chi gong**

11:00 - 12:00 **Tai chi slow set** /εμβάθυνση από β' έτος και άνω

ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΑ:

Δευτέρα *

20:00 - 21:00 **Tai Chi slow set β' έτος**

21:00 - 21:30 **Push hands** έως Δεκέμβριο/**Κυρτό σπαθί** από Ιανουάριο

Τρίτη (Λύδια)

19:30 - 20:30 **Tai Chi slow set**/εμβάθυνση/ διορθώσεις

20:30 - 21:00/21:15 **Push hands**

Τετάρτη (Λύδια)

18:00 - 19:00 **Chi gong**

19:00 - 20:00 **Tai chi slow set β' έτος**

20:00 - 21:00 **Hao, Fa jin, Advanced set** (διδάσκονται από την αρχή ανά περιόδους)

21:00 - 21:15 **Εξάσκηση προχωρημένες φόρμες**

Πέμπτη *

20:00 - 21:00 **Tai Chi slow set** διορθώσεις

21:00 - 21:30 **Fast set/ Κυρτό** (επαναλήψεις)

Ίσιο σπαθί από Ιανουάριο

* Τα μαθήματα με αστερίσκο διδάσκονται από έμπειρους πιστοποιημένους εκπαιδευτές της σχολής μας.