



SHILLA MONOGRAM QUANGNAM DANANG

TAI CHI CLASS

Tai Chi is a gentle martial art that involves slow, controlled movements, fostering relaxation and inner peace. It promotes balance, flexibility, and overall well-being through mindful practice.

Class information:

Venue: Beach Lawn or Activity Studio

Time: Monday, Wednesday, Friday from 6:00 - 7:00

Class: Maximum of 10 persons in each class

Price: Complimentary

For more details and inquiries, please contact:

T +84(0)235-625-0088

E gam@danang.shillamonogram.com



Scan the QR code for the daily activities schedule





SHILLA MONOGRAM QUANGNAM DANANG

태극권

태극권은 느리고 통제된 움직임으로 마음을 다스리는 무술입니다.
이른 아침, 태극권으로 몸과 마음의 안정감을 찾아보세요.

수업 정보:

장소 : 해변가 또는 액티비티 스튜디오

시간 : 월요일, 수요일, 금요일 오전 6시 - 7시

인원 : 클래스당 최대 10명

금액 : 무료

문의 :

전화 +84(0)235-625-0088

이메일 gam@danang.shillamonogram.com



QR 코드를 스캔하여 오늘 참여 가능한 액티비티를 확인해 보세요.





SHILLA MONOGRAM QUANGNAM DANANG

THÁI CỤC QUYỀN

Thái Cực Quyền là một môn võ thuật nhẹ nhàng bao gồm các động tác chậm rãi, được kiểm soát, giúp thư giãn và an lạc nội tâm. Thông qua việc luyện tập chánh niệm, Thái Cực Quyền giúp cải thiện sự cân bằng, dẻo dai và sức khỏe tổng thể.

Thông tin lớp học:

Địa điểm: Bãi biển hoặc Phòng Giải trí

Thời gian: Thứ Hai, thứ Tư và thứ Sáu từ 6:00 - 7:00

Số lượng học viên: Tối đa 10 người mỗi lớp

Học phí: Miễn phí

Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng liên hệ:

T +84(0)235-625-0088

E gam@danang.shillamonogram.com



Quét mã QR để tìm hiểu thêm về lịch hoạt động hàng ngày

