

EINLADUNG ZUM SOMMER QI GONG

Qi Gong, die Grundlagen dieser mehr als 2000 Jahre alten Bewegungsübungen basieren auf der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)

Aus der Sicht der TCM bedeutet das freie Fließen des Qi (Begriff für Lebensenergie) durch die Meridiane, die Energiebahnen im Körper, dass der Mensch gesund ist und seine Organe die mit den Meridianen verbunden sind, harmonisch zusammenarbeiten.

Wenn wir uns z.B. kraftlos, müde, mutlos fühlen oder Schmerzen haben fließt das Qi nicht frei.

Wenn wir uns strahlend, optimistisch, voller Tatendrang fühlen, fließt unser Qi ungehindert.

Mit Qi Gong wird der Qi Fluss angeregt, und die Gesundheit gestärkt.

Die Ziele sind

Stressabbau, Schultern und Nacken befreien,
Konzentration und Beweglichkeit fördern,
Organe stärken, Körperhaltung verbessern.

...der Zauber dieser heilsamen Bewegungsübungen liegt in der Leichtigkeit mit der sie ausgeführt werden...

Probieren Sie es einfach und Lernen Sie
Qi Gong kennen!

Erlebnis Kosten für 5 Abende 47,00€

Termine sind auch einzeln buchbar, je Termin 10€

Wann	an 5 Abenden 16.7 17.7 23.7 24.7 29.7
Wo	Bürgerhaus, Herzogsweiler bei schönem Wetter auf der Wiese
Uhrzeit	19.30 - 20.30 Uhr

Verbindliche Anmeldung nehme ich per E-Mail oder
Telefon entgegen.

Ich freue mich auf Sie!

