

FRÜHLINGSZEIT MIT QI GONG

Gesundheit steht im Mittelpunkt mit Qi Gong, eine wichtige Säule der Traditionellen Chinesischen Medizin. Das chinesische Wort „Qi“ wird frei übersetzt mit „Atem“, „Luft“, „Energie“ und steht für Aktivität des Organismus und damit für Leben. „Gong“ bedeutet „Arbeit“, „Ausdauer“, „Üben“ also zum Verständnis „Arbeit mit Energie“.

Qi Gong Übungen regen die Energie Bereitstellung im Körper an, verbessern den Energiefluss und helfen Prozesse im Körper zur Energiegewinnung zu gestalten. Dadurch werden unsere Organsysteme, wie Atmung, Verdauung und der Bewegungsapparat im Körper unterstützt und sorgen für ein positives, gesundes Lebensgefühl.

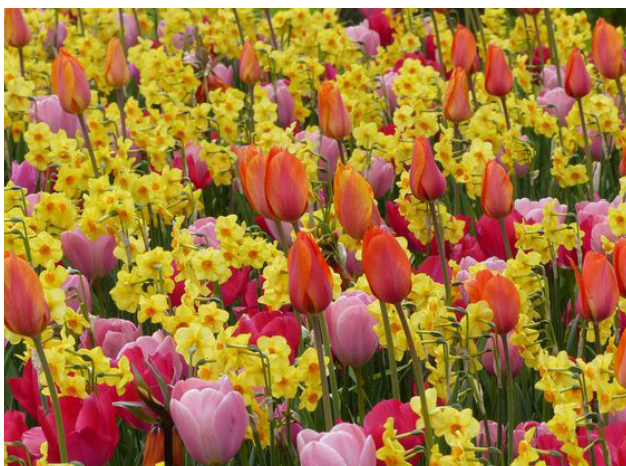


Termine 5 Morgenstunden
Mittwoch 10.04. - 15.05.2024
(Pause in KW 18)

Wann
Mittwoch 9.00 - 10.00 Uhr

Wo Herzogstraße 25
in Herzogsweiler
im Bürgerhaus

Kosten 61,00€ pro Kurs



Eine Matte oder warme Socken
bitte mitbringen.

Verbindliche Anmeldung nehme ich
per E-Mail oder Telefon entgegen.
Durch die Überweisung der Kursgebüh-
r wird die Anmeldung wirksam.
Ich freue mich auf Sie!