

QI GONG & ENTSPANNUNG

Aus der Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) ist Qigong eine ganzheitliche Methode und ein wichtiger Bestandteil der Lebenspflege.

In der Entspannung bringen wir Körper und Geist in eine ruhige, harmonisierende und ausgleichende Haltung, sodass sich das Körpersystem von innen regulieren kann. Durch das Zusammenspiel beider Übungssysteme wird der Energiefluss im Körper angeregt. Mit diesen individuellen

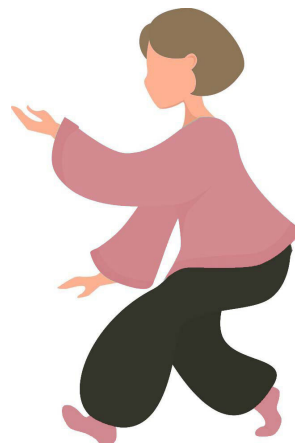
Heilungsmöglichkeiten erfahren Sie

Kräftigung und Stärkung für

Organ- und Immunsystem.

Lernen Sie mit Klang und Duft vielfältige Bewegungsabläufe kennen, die leicht in den Alltag integrierbar sind.

Sie helfen, zur Ruhe zu kommen, Energie zu tanken und dem Tag mit Lebensfreude zu begegnen. Fühlen Sie sich wohl, gesund und entspannt.

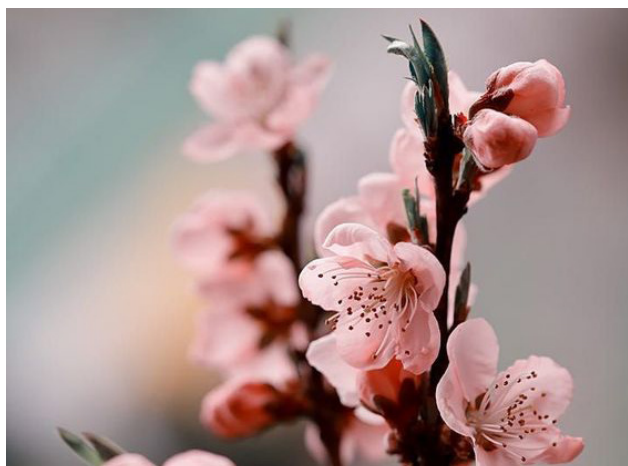


Termine 5 Abende
Dienstag 14.04. - 12.05.2026
Mittwoch 15.04. - 13.05.2026

Wann
Dienstags 19.15 - 20.30 Uhr
Mittwochs 20.00 - 21.15 Uhr

Wo Herzogstraße 25
in Herzogsweiler
im Bürgerhaus

Kosten 77,00€ pro Kurs
20,00€ pro Abend



Eine Matte, Decke und Kissen
bitte mitbringen.

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