

SOMMER QI GONG IM FREIEN

Der Sommer steht für Wachstum und Fülle. Nutze diese Zeit, um bei dir anzukommen und neue Energie zu schöpfen. In diesem Qigong-Kurs verbinden wir sanfte Bewegungen mit bewusster Atmung. Die Übungen fördern Entspannung für Körper und Geist, helfen dabei, Stress abzubauen und innere Ruhe zu finden. Gleichzeitig unterstützen sie Beweglichkeit, Wohlbefinden und Regeneration nach den Prinzipien der TCM. Durch den harmonischen Energiefluss können zudem Vitalität und Abwehrkräfte gestärkt werden.

Für Anfänger und Fortgeschrittene, die mehr Gelassenheit, Gesundheit und Ausgeglichenheit in ihren Alltag bringen möchten.

Melde dich jetzt an und gönne dir deinen Sommer-Moment der Stille.



Termine

Dienstag 30.06. - 28.07.2026

Mittwoch 01.07 - 29.07.2026

Wann

Dienstag 19.00 - 20.00 Uhr

Mittwoch 08.30 - 09.30 Uhr

Wo

auf der Wiese
Herzogstraße 25
in Herzogsweiler

Kosten

65,00€ für 5 Termine
15,00€ pro Abend



Bei schlechtem Wetter findet der Kurs im Bürgerhaus statt.
Verbindliche Anmeldung nehme ich per E-Mail oder Telefon entgegen.
Wer den Kurs bucht, darf sich 5 Termine aussuchen, egal ob Dienstag Abend oder Mittwoch Morgen.

Ich freue mich auf Dich!