

SANFTES QI GONG

- In Balance kommen
trotz Beschwerden -



Viele Bewegungsangebote sind viel zu schnell. In diesem Kurs üben wir besonders sanft, achtsam und im eigenen Tempo - im Stehen oder auf dem Stuhl.

Keine Vorkenntnisse nötig.

Sie tanken Ruhe und gewinnen mehr Stabilität und neue Energie.

Ein Kurs für Menschen mit:

- ♥ Knieproblemen
- ♥ Schmerzen, Erschöpfung
Gleichgewichtsstörungen
- ♥ 5 Abende in kleiner Gruppe
mit persönlicher Begleitung



Termine 5 Abende
Mittwoch 23.09. - 21.10.2026

Wann
Mittwochs 19.30 - 20.45 Uhr

Wo Kirchstraße 16
in Pfalzgrafenweiler
in der Praxis

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 sicherst du
dir deinen Platz.

Ich freue mich auf Dich!