QIGONG FÜR FORTGESCHRITTENE

Leitung: Thekla Schwartz Ort: Conradin-Kreutzer-GWRS, Musikraum

Dauer: 10 x 1 UE (60 Min.) Gebühr: 50,00 €

Teilnehmer: 10 maximal Zeit: 19:30 – 20:30 Uhr

Qigong ist eine Heilgymnastik aus China. Es dient der Erhaltung der Gesundheit und fördert die Selbstheilung Durch das Verbinden von Bewegung Atmung und Energiefluss wird u. a. das Immunsystem gestärkt, die Beweglichkeit erweitert und das gesamte Nervensystem beruhigt und gestärkt.

Qigong bringt Harmonie für Körper, Geist und Seele.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, rutschfeste Unterlage mitbringen.

Info und Anmeldung auch direkt: Frau Schwartz, Qigonglehrerin -Telefon: 07575/927630

Herbst 2019 Kurs-Nr.: FGS-19208 Beginn: Mittwoch 09.10.2019

Anmeldeschluss: 07.10.2019 bzw. Eingang der Teilnehmergebühr

Frühjahr 2020 Kurs-Nr.: FGS-20108 Beginn: Mittwoch 15.01.2019

Anmeldeschluss: 13.01.2020 bzw. Eingang der Teilnehmergebühr