

QIGONG INDIVIDUELLE STUNDEN AUCH FÜR NEUEINSTEIGER - Menningen

Leitung:	Thekla Schwartz	Ort:	Gemeindesaal Menningen
Dauer:	10 x 1 UE (60 Min.)	Gebühr:	50,00 €
Teilnehmer:	10 maximal	Zeit:	09:00 – 10:00 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-19206 Beginn: Mittwoch 09.10.2019 Anmeldeschluss:
07.10.2019 bzw. Zahlungseingang der Teilnehmergebühr Frühjahr 2020 Kurs-Nr.:
FGS-20106 Beginn: Mittwoch 15.01.2020**

Anmeldeschluss: 13.01.2019 bzw. Zahlungseingang der Teilnehmergebühr