

QI GONG, YOGA & ENTSPANNUNG IM HERBST



Qi Gong Yoga ist eine ganzheitliche Methode. Durch das Zusammenwirken beider Übungssysteme wird der Energiefluss im Körper angeregt und verbessert. Nutzen Sie individuelle Heilungsmöglichkeiten mit Qi Gong Yoga und erfahren Sie Kräftigung und Stärkung für Ihr Organ- und Immunsystem.

Begleitet mit Duft, Klang und Entspannung lernen Sie vielfältige Bewegungsabläufe kennen, die leicht in den Alltag zu integrieren sind. Sie dienen dazu, um zur Ruhe zu kommen, Energie zu tanken und dem Tag mit Lebensfreude zu begegnen. Fühlen Sie sich wohl, stark, gesund und entspannt.



Termine 5 Abende
Dienstag 20.09. - 18.10.2022
Mittwoch 21.09. - 19.10.2022

Wann
Dienstag 19.00 - 20.30 Uhr
Mittwoch 20.00 - 21.30 Uhr

WO Herzogstraße 25
in Herzogsweiler
im Bürgerhaus

Kosten 61,00€ pro Kurs

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!