



Qi Gong

Sommerkurs (5 Abende)

Start: Donnerstag, 25.06.20

Wo: drinnen oder draußen, je nach Witterung und unter Berücksichtigung der „Corona-Auflagen“.

Ort: wird rechtzeitig bekannt gegeben (Whatsapp)

Uhrzeit: 19.00 – 20.00 Uhr

Kursgebühr: 30 Euro

Informationen und Anmeldung:

Christiane Zöller

Tel. 0170-3176662 / E-Mail: christianezoeller@web.de

Einmal die Seele baumeln lassen

Jeder ist Willkommen, ob Jung oder Alt, mit oder ohne Erfahrung.

Qi Gong zu erlernen, bedeutet, die Fähigkeit zu entwickeln, die Lebensenergie im Körper zu harmonisieren. Qi Gong verbindet Bewegung und Atemübungen mit Meditation.

In einer kleinen Gruppe werden wir Qi Gong Übungen aus verschiedenen Formen kennenlernen, Es handelt sich um einfache, harmonische Übungen mit denen es leicht fällt Körper, Atmung und Geist in Einklang zu bringen.

Bitte bequeme Kleidung tragen und etwas zu Trinken mitbringen.

Ich freue mich auf Euch!

Christiane Zöller

(zertifiz. Qi Gong Lehrerin)