



Schnupperstunde

Tai Chi Qi Gong – Harmonie in 18 Figuren



Bild: pixabay.com

Entspannen, Loslassen und Auftanken mit Qi Gong.
Diese sehr wirkungsvollen und sanften
Selbstheilungsübungen sind einfach zu erlernen und
bringen Lebensfreude, Wohlbefinden und Lebenskraft.
Die Kombination von Bewegung und Atemtechnik
macht diese Methode zu einem wertvollen und
wirkungsvollen Werkzeug. Tai Chi Qi Gong ist auch
sehr gut für Einsteiger und Senioren geeignet!

Mittwoch der 27.02.19 10.00 - 11.00 Uhr

Kursleiterin: Ina Saussele

**Die Teilnahme ist für alle
Interessierten kostenfrei!**

