

AX30161 Qi-Gong für Einsteiger/innen

| | |
|---------------|---|
| Beginn | Dienstag, 16.04.2024, 17:00 - 18:30 Uhr |
| Kursgebühr | 69,80 € |
| Dauer | 9 Termine |
| Kursleitung | Jürgen Moritz |
| Informationen | Bequeme Kleidung, Sportschuhe |
| Kursort | , , |

Die 15 Ausdrucksformen des Qi-Gong Yangsheng: Ähnlich dem indischen Yoga handelt es sich bei Qi-Gong um ein für die Gesunderhaltung entwickeltes Übungssystem auf dem Boden der traditionell chinesischen Medizin (TCM). Langsame, harmonische Bewegungen im Stehen und Gehen führen zu mehr Harmonie und Flexibilität an Körper und Geist, daher findet man auch den alten Ausdruck 'Meditation in Bewegung'.

Termine

| Datum | Uhrzeit | Ort |
|------------|-------------------|------------------|
| 16.04.2024 | 17:00 - 18:30 Uhr | siehe Treffpunkt |
| 23.04.2024 | 17:00 - 18:30 Uhr | siehe Treffpunkt |
| 30.04.2024 | 17:00 - 18:30 Uhr | siehe Treffpunkt |
| 07.05.2024 | 17:00 - 18:30 Uhr | siehe Treffpunkt |
| 14.05.2024 | 17:00 - 18:30 Uhr | siehe Treffpunkt |
| 28.05.2024 | 17:00 - 18:30 Uhr | siehe Treffpunkt |
| 04.06.2024 | 17:00 - 18:30 Uhr | siehe Treffpunkt |
| 11.06.2024 | 17:00 - 18:30 Uhr | siehe Treffpunkt |
| 18.06.2024 | 17:00 - 18:30 Uhr | siehe Treffpunkt |

[zur Kursdetail-Seite](#)