



Qi Gong Kurs „Die 8 Brokate“

10 x montags 17.00 - 18.00 Uhr

04. März - 13. Mai 2024

(ohne den 1. April)

im RAUM im Atelierhaus, Am Brink 5, Ottersberg

Was ist das ?

Qi Gong ist eine chinesische Bewegungsform und eine Säule der Traditionellen Chinesischen Medizin. Qi Gong schult das Gleichgewicht, die Koordination und wirkt vorbeugend gegen viele Beschwerden. Es werden neue Bewegungsabläufe gelernt, Blockaden werden gelöst und es wirkt entspannend auf Körper und Geist.

Bitte eine schriftliche Anmeldung und Infos über www.dao-der-weg.de oder dao-der-weg@web.de

Sonja Dondorf, Qi Gong Kursleiterin

1. Stunde = Schnuppern, Kursgebühr: 100,- Euro