

Qigong-Kurs

Qigong

Der sanfte Energiespender

Neuer Kurs Winter 2024

Eine Auswahl von Qigong-Übungen zur Lebenspflege mit positiven Auswirkungen auf den Bewegungsapparat und die Atmung und somit ein Weg zu mehr Wohlbefinden und Stressabbau.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, jeder kann mitmachen! 😊

Wann:

8x jeweils Mittwoch
Von 18.00 – 19.00 Uhr

17.01./24.01./07.02./14.02./21.02./28.02./06.03./13.03.
(nicht am 31.01.!!)

Wo:

TSV Bobingen (Geschäftsstelle), Lindauer Str. 15, 86399 Bobingen

Kosten:

Mitglieder	20,00 Euro
Nichtmitglieder	60,00 Euro

Mitbringen:

Bequeme Kleidung, leichte Sportschuhe oder dicke Socken, evtl. Matte

Kursleitung:

Heidi Fuchs Fachübungsleiterin für Qigong und Taiji, Wellnesstrainerin

Anmeldung:

Tel. 08234/5297 (bitte Name und Telefonnummer hinterlassen)
oder
heidimariafuchs@icloud.com