

QIGONG

So stärke ich meine
Lebensenergie

Sam. 23. März 2024

10 h - 16 h

Café Bauhütte

Kirchenstr. 9, Zug



Qigong ist sanfte Heilgymnastik. Durch Harmonisierung von Bewegung, Atem und Geist erlangen wir Herzensruhe, Kraft und Lebensfreude. So unterstützen wir unsere Selbstheilungskräfte. Dieser Workshop legt seinen Schwerpunkt auf das Thema "Wandel". Neben praktischen Übungen lernen wir auch das uralte chinesische Orakelbuch I Ging - Buch der Wandlungen kennen und anhand eines konkreten Beispiels anzuwenden. Qigong ist für Personen jeden Alters geeignet und für Anfänger und Geübte gleichermassen wertvoll..

Kursleiter QiGong-Lehrer (SGQT) Gerold Gerber

Kosten 60 CHF (inkl. Mittags-Imbiss und Kaffeepause),

25 CHF für MUNTERwegs Teilnehmer*innen

Für Fremdsprachige organisieren wir gerne eine Übersetzung.

Anmeldung bis 15. März 2024 unter info@munterwegs.eu oder

079 903 38 93

unterstützt vom Verein MUNTERwegs