

## Qi Gong - Kurs

Die Katholische Erwachsenenbildung bietet in Kooperation mit dem Verein Wimmer Schule e.V. den einen Qi Gong-Kurs an.

Qi Gong ist eine meditative Urform der chinesischen Energiearbeit.

Basis des Qi Gong ist eine tiefe Entspannung von Körper und Geist und Seele.

Das Qi – die Lebensenergie – wird primär durch die Kraft des Geistes aktiviert und gelenkt, sparsame Bewegungen dienen der Unterstützung der Vorstellungskraft.

Die

grundlegenden Übungen des Stillen Qi Gong sind einfach, äußerst effektiv und unabhängig

von Alter und körperlicher Konstitution leicht zu praktizieren.

Die Wirkung des Qi Gong:

- Auflösung von Blockaden und Verspannungen
- Harmonisierung aller Körperfunktionen
- Stärkung des Immunsystems u. der Selbstheilungskräfte
- Linderung chronischer Leiden
- Wachheit und geistige Fitness
- Bleibende Gesundheit bis ins hohe Alter
- Persönliche Weiterentwicklung
- Innere Ruhe und Kraft aus der Mitte

**Die Zeit, die Du Dir nicht für Deine Gesundheit nimmst, nimmt sich die Krankheit**

**Termine:** 21.09.17 bis 23.11.17  
16:30 bis 17:30

**Veranstaltungsort:** Wimmer Schule  
Wimmerstraße 43  
49152 Bad Essen

**Referent:** Frau Thome´ Sport-, Qi Gong- u. Tai Ji-Lehrerin  
**Kursgebühr:** 60,-€ Mitglieder 55,-€

**Anmeldungen:** Verein Wimmer Schule e.V.  
Telefon: **0159/03 067 439**

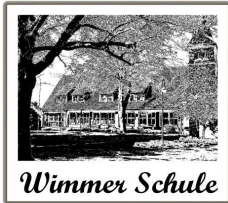
---

### Bankverbindung

Volksbank Brambau- Wittlage eG  
IBAN: DE08 2656 3960 1002 2414 00  
BIC: GENODEF1WHO

### Weitere Informationen auf :

[www.wimmer-schule.de](http://www.wimmer-schule.de)



Wimmer Schule e. V.

---

Wimmerstraße 43, 49152 Bad Essen

---

**Bankverbindung**

Volksbank Brambau- Wittlage eG  
IBAN: DE08 2656 3960 1002 2414 00  
BIC: GENODEF1WHO

**Weitere Informationen auf :**

**[www.wimmer-schule.de](http://www.wimmer-schule.de)**