

Qi Gong - Kurs

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

Qi Gong ist eine meditative Urform der chinesischen Energiearbeit.

Basis des Qi Gong ist eine tiefe Entspannung von Körper, 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: 16.04.20 bis 28.05.20 (5 x 60Minuten)
16:30 bis 17:30

Veranstaltungsort: Wimmer Schule
Wimmerstraße 43
49152 Bad Essen

Referent: Frau Thome´ Sport-,Qi Gong- u. Tai Ji-Lehrerin
Kursgebühr: 35,-€

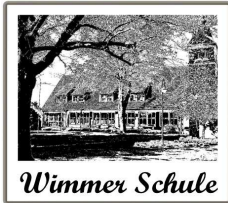
Anmeldungen: Frau Thome`
Telefon: **05741-230088**

Bankverbindung

Volksbank Brambau- Wittlage eG
IBAN: DE08 2656 3960 1002 2414 00
BIC: GENODEF1 WHO

Weitere Informationen auf :

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