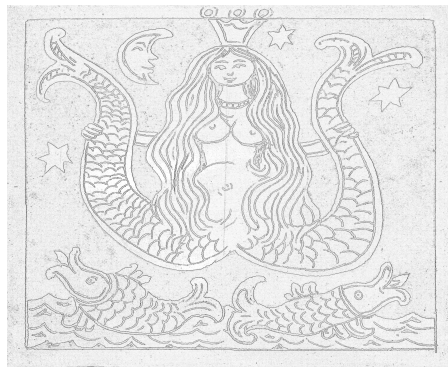




Qigong in Ardez

Qigong ist ein wichtiger Teil der chinesischen Gesundheitslehre. Durch einfache, langsame Bewegungen im Stehen, welche den Energiefluss anregen, beruhigt sich der Geist und Körper und Seele befreien sich von Blockaden. Es sind keine Vorkenntnisse oder spezielle Beweglichkeit nötig, bequeme Kleidung, warme Socken und ein wenig "Gwunder" genügen...

Schnupperkurs/Einführungskurs in Ardez

fast jeden Dienstag, 19-20 Uhr, im alten Gemeindehaus

Kosten 20.- / bitte bis am Mittag anmelden

Samstags-Kurse

Einführung ins Qigong und Erlernen einer Qigong-Übungsform

jeweils Samstag 9.30 - 12.30

Termine 2019

13. Februar / 16. März / 27. April / 25. Mai / 29. Juni / 20. Juli / 24. August / 21. September / 12. Oktober

Kosten 80.- / bitte bis Freitag Mittag anmelden

Privatstunden für Einzelpersonen oder kleine Gruppen. Termin, Ort und Kosten nach Absprache. Ich freue mich über Ihre Anfrage!

Susan Wigholm QiGong Lehrerin, TCM Gesundheitsberaterin iA., Coaching

Anmeldung unter 079 316 46 48 oder Lebens-Kunst@wigholm.ch

www.coaching-in-der-natur.ch