

Neuer Kurs



Qi Gong



Chinesische Atem-, Heil- und Meditationsgymnastik

In der Traditionellen Chinesischen Medizin ist das „Qi“, Lebensenergie, die Antriebskraft für alle Lebensvorgänge, es ist die Energie, die alles lebendige Sein durchdringt. Qi Gong umfasst Jahrtausende alte Übungen zur Stärkung unserer Lebensenergie und Verbesserung der Gesundheit. Es aktiviert die Selbstheilungskräfte, fördert die Konzentration und führt zu innerer Ruhe und Gelassenheit.

Mit bewegten und meditativen Übungen können wir in jedem Alter Krankheiten vorbeugen und bestehende Erkrankungen lindern oder heilen.

Jeder kann etwas für sich tun, ob jung oder alt.
ob gesundheitlich angeschlagen oder „fit“.

Beginn des neuen Kurses:

Montag, 30.08.2010 - 19⁰⁰- 20⁰⁰ Uhr

**Wo: Mehrzweckraum Hauptschule Petersackerhof,
Rheindiebach**

Der Kurs umfasst 10 Unterrichtsstunden.

Kursgebühr:	Mitglieder	15,-- €
	Nichtmitglieder	30,-- €

Info und Anmeldung bei Ute Mangold Tel.: 06743-6694