



Qigong

Kursbeginn: Seit April **2016**

8:45 – 9:45 Uhr

Kursleiter: Ewald Reginek, Heilpädagoge u.
Lehrer für Tai Chi & Qigong

Ort: TSG Blankenloch | Mühlenweg 4a

Qigong bringt Bequemlichkeit und Ruhe für den ganzen Menschen - für jedes Alter. Das Zusammenspiel von fließenden Bewegungen, Körperhaltung und Atem; Entspannung- und Vorstellungsübungen, die kräftigend, harmonisierend und meditativ auf Körper, Seele und Geist wirken. Wir nutzen eine Qigong-Form, die uns Entspannung, Regeneration und die Aktivierung unserer Selbstheilungskräfte erleben lässt.

„Wer in seiner Mitte ruht, kann auch mal aus der Reihe tanzen“

Kursgebühr:

10 Übungseinheiten **50 €**

Ansprechpartner:

Ewald Reginek

Tel. **015124188622**

e-mail: e.reginek@web.de

