

SICH GUTES TUN...

Erbblühen durch Lotus Qi Gong

11. Februar 2012

10.00 bis 13.00 Uhr

Winterthur, Kursraum in Bahnhofsnähe

CHF 75.00



Du erlebst die Qualitäten und Bedeutung der Lotusblume in Meditation und Bewegung. Dabei gewinnst du Mitte, Verbundenheit, Sanftheit, Stille,... und lernst die Grundlagen des Qi Gong's anzuwenden (fließende Bewegung, gezielte Atmung, klare Konzentration...).

Alle Interessierten sind willkommen. Gerne beantworte ich Fragen und nehme deine Anmeldung entgegen.

Astrid Brütsch, dipl. Qi Gong-Lehrerin SGQT, Tai Ji – Lehrerin, Lehrerin im Gesundheitswesen
info@taiji-qigong-tanz.ch; www.taiji-qigong-tanz.ch; 078 832 46 87