

Qi Gong für Einsteiger

10-wöchiger Schnupperkurs

- Leitung: Beatrice Palzer,
Entspannungstrainerin
- Wann: **04.10. - 06.12.2017,**
mittwochs, 16.00-17.00 Uhr
- Wo: Kursraum Semper Fit
Kassebohmer Weg 12a,
18055 Rostock
- Kosten: 89,- EUR inkl. 19% MwSt.

Anmeldung erforderlich: telefonisch 0174 2394607
eMail kontakt@semper-fit.de

Hast Du Lust auf sanfte Bewegung?

Fällt es Dir schwer abzuschalten?

Dann ist dieser Kurs genau richtig für Dich.

Qi Gong ist ein uralter Heiltanz und Bestandteil
der traditionellen chinesischen Medizin.

Im Kurs werden vor allem ruhige und sanfte Bewegungen
in Verbindung mit der Atmung und der Vorstellungskraft
ausgeführt. Dadurch wird der Energiefluss im Körper
positiv beeinflusst und ausgeglichen.

Dies wiederum bewirkt innere Ruhe,
Entspannung und Gelassenheit.

Semper Fit UG (haftungsbeschränkt)

Kassebohmer Weg 12a, 18055 Rostock