

„Sternenreise“- Qi Gong Frühlingserwachen 2020



Qigong ist ein Übungssystem, welches in der Kampfkunst, der Meditation und in der Medizin verwendet wird. Das medizinische Qigong dient der Milderung von Beschwerden und der Prävention.

Besonders die 7 Formen des „Sternenreise“-Qi Gongs wirken sich positiv auf die Organe und das Immunsystem aus. Die Übungsfolge ist leicht erlernbar und wird mit Musik begleitet.

Die Übungen bewirken und fördern:

- * geistige und körperliche Entspannung
- * eine Verbesserung von Achtsamkeit und Konzentration
- * die Kräftigung aller Muskeln und Flexibilität in allen Gelenken

ZEIT **MITTWOCH 9.30-10.30 Uhr**

TERMINE **08.01.20 * 04.03.**
 22.01. 18.03.
 05.02. 01.04.
 19.02.

ORT Hippokrates Heilpraktikerschule, Rosastraße 9, 79098 Freiburg

KOSTEN 105,- Eur

* 08.01. Schnuppertermin (als Einzeltermin 20 Eur)
wird bei Kursteilnahme verrechnet

Mitbringen warme Socken

ANMELDUNG Dorothea Bitti, Heilpraktikerin / Physiotherapeutin
Tel. 0152 02097031
info@naturheilpraxis-bitti.de
www.naturheilpraxis-bitti.de