



QIGONG
& Gesundheitscoaching

Medizinisches Qigong-Wochenende



An diesem Wochenende wird eine harmonische, fließende Übungsabfolge vermittelt. Diese beinhaltet 8 Übungen. Faszinierend an diesen Übungen ist ihre schnell spürbare, nachhaltige positive Wirkung auf den Körper und die Gesundheit. So wird durch das Üben das Qi (die Lebensenergie) ins Fließen gebracht, unser Immunsystem gestärkt, die Atmung reguliert und die Körperhaltung verbessert. Gelassenheit, Wohlbefinden und Harmonie stellen sich ein.

WANN: Samstag, 17.1. von 9.00 bis 17.00 Uhr und Sonntag, 18.1. von 9.00 bis 13.00 Uhr

WO: in Oberndorf, Yoga and more in der Arche NEO, Pass-Thurnstr. 23

KOSTEN: 150.- für Nichtmitglieder bzw. 130.- für Mitglieder Q&GC und ÖQGG

**Nähere Infos und Anmeldung:
QIGONG & GESUNDHEITSCOACHING Mag. Claudia Salcher
+43 (0)699 - 11 51 61 20
info@QIGONGtirol.at
www.QIGONGtirol.at**