



Shibashi Qigong

„Die 18 Formen der Harmonie - Taiji-Qigong“ Teil 1 und Teil 2

(Online Kursangebot über die Plattform Zoom)

beinhaltet die Übungen 1-10, 11-17 und 18. Diese Übungsabfolge ist für absolute Anfänger und für jedes Alter sehr gut geeignet.

Die sanften, harmonisch fließenden Übungen der „18 Formen der Harmonie - Taiji QiGong“ wecken Ihre Energie und verbreiten gute Laune. Die Übungen können von jedem leicht erlernt und in den Alltag gut integriert werden.

Wann: Dienstags von 18:00 h - 19:00 h 10 Abende

Beginn: 11.01.2022

Anmeldungen über die TG Biblis.

Einstieg ist jederzeit möglich. Ich freue mich auf unsere gemeinsamen Übungsstunden.

Eure *Moni*

Anmeldungen bitte unter:

Monika Hedrich-Lehmann Mobil: 01525-3451096

Festnetz: 06251-9764714

(eventuell auf Anrufbeantworter sprechen, ich rufe zeitnah zurück)

Email: bewegung.impuls@gmail.com