

BV74601 - Qigong - 8 Brokate "KiFaz Pusteblume"

Beginn Dienstag, 18.08.2026, 19:15 - 20:45 Uhr

Kursgebühr 108,00 €

Dauer 9 x

Kursleitung Sabine Wolters

Kursort , Hölderlinweg 16, 35396 Gießen

Qigong sind Übungen mit einfachen, fließenden Bewegungen, die Entspannung und Wahrnehmungsfähigkeit für den Körper fördern. Durch die Entspannung werden Bewegung und Atmung harmonisiert, das Wohlbefinden gesteigert. Die 8 Brokate sind eine Übungsreihe des Qigong mit einfachen und klaren Formen. Aufwärmübungen und Sitzen in der Stille ergänzen den Kurs.

Bitte Sportkleidung, Handtuch und ein Getränk mitbringen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
18.08.2026	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
25.08.2026	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
01.09.2026	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
08.09.2026	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
15.09.2026	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
22.09.2026	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
29.09.2026	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
06.10.2026	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
20.10.2026	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume