

BW74601 - Qigong - 8 Brokate "KiFaz Pusteblume"

Beginn	Dienstag, 19.01.2027, 19:15 - 20:45 Uhr
Kursgebühr	84,00 €
Dauer	7 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
19.01.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
26.01.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
02.02.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
16.02.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
23.02.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
02.03.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
09.03.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume