

BX74601 - Qigong - 8 Brokate "KiFaz Pusteblume"

Beginn	Dienstag, 06.04.2027, 19:15 - 20:45 Uhr
Kursgebühr	132,00 €
Dauer	11 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
06.04.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
13.04.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
20.04.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
27.04.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
04.05.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
11.05.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
18.05.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
25.05.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
01.06.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
08.06.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume
15.06.2027	19:15 - 20:45 Uhr	Hölderlinweg 16,KiFaz Pusteblume