

Qigong-Kurs

Tiefenentspannung in Bewegung



„Das Qigong der Schildkröte“ stammt aus dem chinesischen Wudang Gebirge. Diese Übungsfolge kann die Lebensenergie vermehren, die Nieren stärken und den Körper weich und flexibel machen. Emotionen wie Stress und Angst können in Weichheit, Gelassenheit und Sanftheit verwandelt werden. Vor vielen Jahren durfte ich die wertvollen Übungen in China erlernen. Gerne reiche ich diese an Sie weiter!

Ort: Eifel-Dojo Aachen – Roermonder Str. 418, Laurensberg

Zeit: donnerstags: 18.00 Uhr bis 19.00 Uhr,

Kursbeginn: 09.02.2023 insgesamt 10 Termine

Kosten: 130 €, von den Krankenkassen zertifiziert

Anmeldung und Info:

Ralf Enchelmaier, Philosoph, Supervisor und Qigong Lehrer

Mail an: info@institut-teamkultur.de

Telefon: 0176 805 16 960

www.institut-teamkultur.de