

Neueinstieg jederzeit möglich



Abschalten, um wieder im Moment zu
erwachen und in innerer Harmonie weiter zu
gehen

Tai Chi, Qi Gong & Klangmeditation im Vereinshaus, Menzingen

20 Fr./Std.

wöchentlich

dienstags 19.45 Uhr bis 20.45 Uhr

donnerstags 10.00 Uhr bis 11.00 Uhr

Qi Gong ist die Kunst, Körper, Geist und Emotionen in Einklang zu bringen. Qi Gong-Übungen schulen die Konzentration, verbessern die Selbstwahrnehmung, fördern Gleichgewicht und Beweglichkeit und führen zu einem besseren Körpergefühl.

Elvira Wild Truncellito

www.klangundlicht.com

076 697 27 63