

Qigong Genusstag

Zyklus „goldene Harmonie“ & Meditation

- Du möchtest Qigong kennenlernen oder vertiefen?
- Du möchtest deine Gesundheit pflegen oder deine Gesundheit unterstützen?
 - Du möchtest dir eine kleine Auszeit gönnen und dir ganz einfach selbst etwas Gutes tun?

Dann bist du bei diesem Genusstag genau richtig!

Qigong ist Meditation in Bewegung – sanfte und dennoch sehr kraftvolle körperliche und geistige Übungen aus dem jahrtausende alten Heilwissen der chinesischen Weisen.

Der Zyklus „goldene Harmonie“ aus dem DaoYin Qigong bringt die Energie in den Meridianen zum Fließen und fördert so Harmonie und Ausgeglichenheit.

Meditation und Achtsamkeitsübungen unterstützen auf ebenso genussvolle Weise die Wirkung.



alt Bewährtes – neu entdecken
für Qigong Einsteiger und Fortgeschrittene

Wann: **Sa, 5. Okt 2019** von **14.00 – 18.00 Uhr**
Kursbeitrag: € 50,-
Wo: Sunshine Zentrum Linz, Ellbognerstraße 60, 4020 Linz
Anmeldung und Info: Tel. 0664/5252585 oder mail an info@institut-lebensart.at