

Qi Gong Workshop

Das Spiel der fünf Tiere

Leicht und spielerisch die beliebteste und älteste Qi Gong-Form kennenlernen.

Diese medizinischen Qi-Gong-Übungen im Stehen und Gehen aktivieren besonders die Selbstheilungskräfte, stärken das Immunsystem, die Resilienz und bringen Körper, Geist und Seele in Harmonie.

WORKSHOPINHALTE:

- Die Basisübung der fünf Tiere
- Atem- und Entspannungsübungen
- Energie tanken

10. September 2022

10:00 bis 17:00 Uhr

Adresse Workshop:
Gesundheitsforum Südpfalz
Bonifatius-Straße 14 · 76863 Herxheim



0 171 / 280 47 41



lebensglueck@yogasolan.de



www.lebensglueck-yogasolan.de

Qi Gong Workshop

Das Spiel der fünf Tiere

WORKSHOPINHALTE:

- Basis und erweiterte Übungen zum Spiel der fünf Tiere
- Qi Gong-Übungen der 5 Elemente
- Atem- und Entspannungsübungen
- Meditationen
- Energie tanken

26./27. November 2022

10:00 bis 17:00 Uhr

WORKSHOPGEBÜHREN:

Einzeltag 80,- €

Wochenende 150,- €

inklusive Mittagssnack und Kaffee/Tee mit Kuchen

Adresse Workshop:

Gesundheitsforum Südpfalz

Bonifatius-Straße 14 · 76863 Herxheim

Dr. Sabine Eckert-Rectanus

Bewusstseins-Coach, Tai Ji Lehrerin und Qi-Gong Trainerin

lebensglueck@yogasolan.de · www.lebensglueck-yogasolan.de