



WORKSHOP

Qigong und Landart

QIGONG – die Bewegungskunst der Chinesischen Medizin. Die Dynamik der Übungen aus dem „Spiel der fünf Tiere“ belebt den Körper, beflügelt den Geist. Von der Gestalt des Kranichs leihen wir uns seine Leichtigkeit aus. Im Gang des Bären finden wir Kraft und Ruhe.

LANDART – freie Gestaltung in und mit der Natur. Die Verbindung mit ihr können wir mit Fundstücken – Frühlingsblüten, Blättern, Erde – gestalten. Einmalig, spontan, vergänglich, jedoch im Inneren lange nachwirkend. Die sichtbaren Spuren der Objekte im Stadtwald erfreuen uns noch länger.

25. MAI 2024

14.00 – 17.00 Uhr | Stadtwald | 50,- €



ANMELDUNG & INFOS:

Ellen Schlottner, Künstlerin: 0172.2522425
www.therapie-und-kreativer-ausdruck.de

Renata Balciunaite, Qigonglehrerin: 02151.875823
www.qigong-yangsheng-krefeld.de

