



# QIGONG WORKSHOP

## SAMSTAG, 20. 08. 2022

14 – 17 Uhr | 45,- €

Yogacenter Krefeld | 47803 Krefeld  
Weyerhofstraße 67

### Nachmittag für Frauen mit Nüzi Qigong

Frauenqigong (Nüziqigong) unterstützt die Gesundheit der Frau in allen Lebensabschnitten. Übungen der Selbstmassage und schöne Bewegungen können auch im Sitzen auf einem Stuhl praktiziert werden. Sie wirken vorbeugend und heilend bei Unstimmigkeiten des weiblichen Körpers, fördern Achtsamkeit und Wertschätzung uns selbst gegenüber.

Eine Teepause rundet den Nachmittag ab.

**ANMELDUNG (bis 4 Tage vorher): Renata Balciunaite**  
**02151.87 58 23 | [info@qigong-yangsheng-krefeld.de](mailto:info@qigong-yangsheng-krefeld.de)**

**[WWW.QIGONG-YANGSHENG-KREFELD.DE](http://WWW.QIGONG-YANGSHENG-KREFELD.DE)**