

II. Halbjahr 2021

QIGONG IN KREFELD



11. Januar – 22. März*

10 x montags | 18.00 – 19.00 Uhr | 100,- Euro

12. Januar – 23. März*

10 x dienstags | 10.00 – 11.00 Uhr | 100,- Euro

12. April – 28. Juni*

11 x montags | 18.00 – 19.00 Uhr | 110,- Euro

13. April – 29. Juni*

11 x dienstags | 10.00 – 11.00 Uhr | 110,- Euro

Für ausreichend Abstand in Corona-Zeiten ist gesorgt:
wir üben in kleinen Gruppen in einem großen Raum.

ÜBEN AM SAMSTAG

23. Januar | 20. März | 14.00 – 17.00 Uhr | 45,- Euro

Ausgewählte Übungen in Ruhe und Bewegung zur
Entspannung und Ausgeglichenheit von Körper und Seele.
(incl. Getränke und Snacks)

ANMELDUNG: 02151.87 58 23

oder per e-mail an: info@qigong-yangsbeng-krefeld.de

Yogacenter Blaue Perle

Weyerhofstr. 67 | 47803 Krefeld

Einzelunterricht nach Absprache

* Unterricht entfällt am 15./16. Februar. und 24./25. Mai.

QIGONG YANGSHENG

nach Prof. Jiao Guorui

NEIYANGGONG

nach Liu Yafei



QIGONG - DIE TRADITIONELLE BEWEGUNGSKUNST der Chinesischen Medizin fördert und erhält unsere Gesundheit und aktiviert die Selbstheilungskräfte. Muskeln und Sehnen werden angenehm gedehnt, Atmung und Vorstellung geschult; die Körperfunktionen harmonisiert und die Leitbahnen durchlässig gemacht. Qigong dient der seelischen und körperlichen Ausgeglichenheit und Entspannung.

Wohltat
für Geist und Körper

Renata Balciunaite | QIGONGLEHRERIN
MEDIZINISCHE GESELLSCHAFT FÜR QIGONG YANGSHENG

www.qigong-yangsheng-krefeld.de