



WORKSHOP

# Qigong und Landart

DER HERBST – Zeit der Fülle und der Ernte, bietet sich an unsere Mitte zu nähren. Einfache Bewegungen des Qigong sind gut dafür geeignet. Im Freien praktiziert verbinden wir uns mit der Natur und können anschließend die Erfahrungen, Empfindungen, Gedanken mit Materialien, die uns in ihr begegnen ausdrücken. Erde, Blätter, Äste, Steine – Objekte, Formen, Farben – hinstellen, aufhängen, ins Wasser geben – Liebevoll und mit Freude zu sich selbst und der Natur. Landart – einmalig, spontan, vergänglich, jedoch im Inneren lange bleibend.

Für Menschen mit Lust auf Bewegung und Gestaltung draußen in der Natur. Auch für diejenigen, die sowas noch nie gemacht haben.

**15. OKTOBER 2022**

14.00 – 17.00 Uhr | Stadtwald | 45,- Euro

Wetterfeste Kleidung und was zu trinken mitbringen.

## ANMELDUNG & INFOS:

Ellen Schlottner, Künstlerin: 0172.2522 425  
[www.therapie-und-kreativer-ausdruck.de](http://www.therapie-und-kreativer-ausdruck.de)

Renata Balciunaite, Qigonglehrerin: 02151.875 823  
[www.qigong-yangsheng-krefeld.de](http://www.qigong-yangsheng-krefeld.de)

